|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **Первая неделя** | |  |  |  |  |  |  | | | |  | |  | |
| **1 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | **С** | | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** | ясли | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  |  | |  |  |  |  |
| 252 | Каша гречневая | 0,150 | 7,53 | 7,72 | 23,86 | 289,68 | 0,14 | 0,007 | 0,00 | | 1,43 | 3,03 | гречка | 0,048 |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | | 14,85 | 2,46 | Масло слив | 0,005 |
| 122 | Хлеб | 0,030 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,3 | 0,008 | 0,002 | | 6 | 0,033 | сахар | 0,015 |
| 114 | Сыр | 0,010 | 2,04 | 2,08 | 0,00 | 27,44 | 0,002 | 0,25 | 0,004 | | 6,3 | 0,006 | чай | 0,003 |
|  | **ИТОГО** |  | **11,88** | **10,04** | **51,58** | **454,12** | **0,44** | **0,27** | **0,006** | | **28,58** | **5,53** | сыр | 0,009 |
|  | **2ой завтрак** |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
|  | Сок | 100 | 0,50 | 0,10 | 10,1 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | 2,0 | | 7,0 | 0,20 | сок | 0.1 |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
| 154 | Щи из свежей капусты | 150 | 5,76 | 3,07 | 20,46 | 131,05 | 0,011 | 0,011 | 6,34 | | 12,16 | 0,24 | мясо | 0,08 |
| 379 | Жаркое по домашнему | 0,150 | 10,20 | 10,78 | 26,75 | 249,11 | 0,007 | 0,11 | 4,6 | | 12,08 | 2,0 | картофель | 0,5 |
| 522 | Компот | 0,150 | 0,42 | 0,00 | 20,55 | 83,88 | 0,004 | 0,004 | 0,13 | | 25,35 | 0,71 | Капуста | 0,06 |
| 122 | Хлеб | 0,04 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,8 | 0,03 | 0,007 | 0,00 | | 5,00 | 0,137 | Масло слив | 0,005 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | Масло раст | 0,004 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | сахар | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | морковь | 0,045 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | лук | 0,035 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | сметана | 0,008 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | сухофрукты | 0,01 |
|  | **ИТОГО** |  | **19,45** | **15,05** | **87,67** | **568,84** | **0,052** | **0,03** | **11,07** | | **54,59** | **3,08** |  |  |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
| 179 | Суп рисовый молочный | 0,150 | 3,60 | 3,87 | 12,39 | 100,63 | 0,028 | 0,098 | 0,044 | | 77,5 | 0,127 | рис | 0,022 |
| 514 | Кофейный напиток | 0,150 | 2,09 | 0,03 | 14,85 | 67,92 | 0,01 | 0,03 | 0,005 | | 56,90 | 0,007 | Масло слив | 0,005 |
| 122 | Хлеб | 0,010 | 0,77 | 0,3 | 4,97 | 26,2 | 0,001 | 0,003 | 0,00 | | 2 | 0,11 | сахар | 0,020 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  | молоко | 0,150 |
|  | **ИТОГО** |  | **6,46** | **4,20** | **32,21** | **194,74** | **0,1** | **0,13** | **0,049** | | **136,4** | **0,24** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **37,9** | **29,29** | **193,86** | **1307,7** | **0,59** | **0,43** | **11,12** | | **216,57** | **8,85** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **2 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** | ясли | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  | |  |  |  | какао | 0,004 |
| 259 | Каша ячневая молочная | 0,150 | 4,93 | 6,83 | 30,76 | 208,19 | 0,06 | 0,02 | | 0,00 | 26,70 | 0,60 | ячка | 0,026 |
| 508 | Какао с молоком | 0,150 | 3,21 | 2,81 | 12,87 | 89,01 | 0,01 | 0,03 | | 0, 33 | 58,7 | 0,30 | Масло слив | 0,005 |
| 122 | Хлеб | 0,030 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | 0,01 | | 0,00 | 6 | 0,33 | молоко | 0,100 |
| 602 | вафля | 0, 21 | 0,58 | 0,69 | 16,23 | 74,34 | 0,006 | 0,008 | | 0,00 | 3,36 | 0,32 | сахар | 0,020 |
|  | **ИТОГО** |  | **11** | **10,57** | **43,86** | **442,04** | **0,10** | **0,07** | | **0,33** | **94,76** | **1,55** |  |  |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | фрукт | 0,150 | 4,2 | 0,00 | 18,65 | 90,00 | 0,07 | 0,01 | | 0,41 | 5,44 | 0,72 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мясо | 0,08 |
| 163 | Суп с фрикадельками | 0,150 | 5,24 | 2,97 | 17,74 | 109,87 | 0,04 | 0,03 | | 6,42 | 18,03 | 0,68 | картоф | 0,160 |
| 378 | Гуляш из говядины | 0,060 | 4,87 | 2,84 | 1,59 | 51,77 | 0,029 | 0,026 | | 0,372 | 16,45 | 0,30 | макароны | 0,050 |
| 432 | Отварные макароны | 100 | 3,68 | 4,15 | 22,56 | 146,94 | 0,90 | 0,017 | | 0,00 | 6,04 | 0,46 | Масло слив | 0,005 |
| 122 | Хлеб | 0,040 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,8 | 0,03 | 0,01 | | 0,00 | 6 | 0,30 | Масло раст | 0,004 |
| 517 | Кисель | 0,150 | 0,47 | 0,19 | 30,11 | 124,05 | 0,00 | 0,01 | | 8,75 | 6,63 | 0,48 | сахар | 0,010 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,035 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | морковь | 0,045 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мука | 0,010 |
|  | **ИТОГО** |  | **21,53** | **11,35** | **110,56** | **627,43** | **0,99** | **0,09** | | **15,95** | **46,74** | **2,94** |  |  |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | картофель | 0,400 |
| 313 | Картофельное пюре | 0,150 | 3,24 | 2,86 | 24,26 | 134,25 | 1,44 | 0,008 | | 15,54 | 52,14 | 2,22 | Масло слив | 0,004 |
| 514 | Салат из свежей капусты | 0,040 | 0,65 | 4,04 | 3,85 | 54,75 | 0,01 | 0,03 | | 0, 5 | 56,9 | 0,07 | Масло рас | 0,004 |
| 122 | Хлеб | 0,010 | 0,77 | 0,3 | 4,97 | 26,2 | 0,007 | 0,002 | | 0,00 | 1,4 | 0,007 | капуста | 0,06 |
| 505 | Чай с сахаром | 0,150 | 0,00 | 0,00 | 11,28 | 45,09 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | морковь | 0,025 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сахар | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | молоко | 0,020 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** |  | **4,66** | **7,2** | **39,22** | **293,25** | **1,46** | **0,04** | | **16,04** | **114,49** | **2,95** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **37,19** | **29,12** | **193,64** | **1362,72** | **2,55** | **0,2** | | **32,32** | **255,99** | **7,44** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **3 день** |  | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** | ясли | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  | |  |  |  |  |  |
| 262 | Каша геркулесовая молочная | 0,150 | 6,42 | 10,29 | 23,68 | 214,64 | 0,009 | 0,007 | | 0,71 | 77,1 | 0,85 | геркулес | 0,026 |
| 514 | Кофейный напиток | 0,150 | 3,21 | 2,81 | 12,87 | 89,01 | 0,02 | 0,03 | | 0,34 | 58,69 | 0,26 | Масло слив | 0,005 |
| 122 | Хлеб | 0,03 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | 0,03 | | 0,01 | 40,4 | 0,26 | сахар | 0,020 |
| 603 | пряник | 25 | 1,47 | 1,17 | 18,75 | 91,5 | 0,02 | 0,005 | | 0,00 | 2,75 | 0,2 | молоко | 0,100 |
|  | **ИТОГО** |  | **13,38** | **14,51** | **70,06** | **465,65** | **0,08** | **0,07** | | **1,06** | **178,94** | **1,57** | Кофейный напиток | 0,008 |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | сок | 0,150 | 0,00 | 0,026 | 13,23 | 65,82 | 0,14 | 0,01 | | 0,82 | 10,99 | 1,44 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мясо | 0,070 |
| 171 | Суп с лапшой из курицы | 0,150 | 5,44 | 4,35 | 12,57 | 99,42 | 0,01 | 0,01 | | 0,2 | 4,10 | 0,20 | курица | 0,020 |
| 391 | Котлета мясная | 0,06 | 8,96 | 8,43 | 7,15 | 140,33 | 0,04 | 0,5 | | 0,00 | 4,41 | 0,62 | лапша | 0,019 |
| 431 | Горошница | 0,130 | 17,74 | 4,19 | 36,06 | 253,04 | 0,20 | 0,05 | | 0,00 | 52,55 | 3,04 | горох | 0,052 |
| 528 | Компотс с/х | 0,150 | 0,47 | 0,19 | 30,11 | 124,05 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 0,30 | 0,05 | сахар | 0,015 |
| 122 | Хлеб | 0,040 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,8 | 0,03 | 0,01 | | 0,00 | 6 | 0,33 | Масло слив | 0,005 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло раст | 0,004 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сухофрукты | 0,010 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,035 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | марковь | 0,045 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** |  | **38,81** | **22,16** | **142,62** | **721,64** | **0,28** | **0,57** | | **0,2** | **67,36** | **4,24** |  |  |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| 326 | Запеканка твороженная со сгущённым молоком | 0,070 | 4,15 | 3,33 | 17,66 | 97,41 | 0,01 | 0,06 | | 0,03 | 25,81 | 0,38 | творог | 0,07 |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | сахар | 0,025 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | яйцо | 0,0012 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло раст | 0,004 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Сгущенное молоко | 0,03 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мука | 0,02 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сметана | 0,006 |
|  | **ИТОГО** |  | 4,18 | 3,33 | 30,62 | 173,91 | 0,01 | 0,06 | | 0,03 | 29,86 | 1,03 |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **56,37** | **40** | **243,3** | **1361,2** | **0,37** | **0,7** | | **1,29** | **276,16** | **6,84** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **№ рецепт** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **4 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** |  | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  | |  |  |  | манка | 0,022 |
| 277 | Каша манная молочная | 0,150 | 6,64 | 6,18 | 24,85 | 181,15 | 0,06 | 0,12 | | 1,03 | 99,57 | 0,32 | Масло слив | 0,005 |
| 508 | Какао с молоком | 0,150 | 3.21 | 2.81 | 12.87 | 89.01 | 0,02 | 0,03 | | 0,34 | 58,7 | 0,30 | сахар | 0,020 |
| 122 | Хлеб | 0,030 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | 0,03 | | 0,01 | 40,4 | 0,26 | молоко | 0,100 |
|  | **ИТОГО** |  | **12,19** | **19,65** | **53,8** | **340,66** | **0,11** | **0,16** | | **1,37** | **164,27** | **0,95** | какао | 0,008 |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | фрукт | 0,100 | 0,50 | 0,10 | 10,1 | 46,00 | 0,01 | 0,01 | | 2,0 | 7,0 | 0,20 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мясо | 0,02 |
| 129 | Икра кабачковая | 0,030 | 0,36 | 1,41 | 2,31 | 23,43 | 0,009 | 0,009 | | 2,88 | 9,6 | 0,24 | курица | 0,065 |
| 157 | Борщ со смет на м/б | 0,150 | 1,03 | 2,65 | 4,29 | 113,75 | 0,04 | 0,04 | | 11,41 | 13,92 | 0,48 | Мосло слиа | 0,005 |
| 415 | Курица запеченная | 0,06 | 5,19 | 4,03 | 2,04 | 51,59 | 0,009 | 0,03 | | 0,6 | 13,26 | 0,57 | Масло раст | 0,004 |
| 252 | Гречка отварная | 0,100 | 5,70 | 5,23 | 4,92 | 171,83 | 0,14 | 0,07 | | 0,00 | 1,43 | 3,03 | гречка | 0,048 |
| 522 | Компот | 0,150 | 0,42 | 0,00 | 20,55 | 83,88 | 0,007 | 0,007 | | 0,11 | 42,27 | 1,18 | сухофрукты | 0,010 |
| 122 | Хлеб | 0,04 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,8 | 0,04 | 0,01 | | 0,00 | 8 | 0,44 | морковь | 0,045 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,035 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | капуста | 0,06 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Тома паста | 0,003 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сметана | 0,008 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | свекла | 0,050 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** |  | **16,27** | **14,64** | **61,83** | **595,28** | **0,25** | **0,18** | | **17** | **95,48** | **6,14** |  |  |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| 180 | Суп вермишелевый б/м | 0,150 | 4,42 | 3,93 | 12,93 | 107,35 | 0,05 | 0,15 | | 0,68 | 117,41 | 0,28 | Масло слив | 0,005 |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | вермишель | 0,022 |
| 122 | Хлеб | 0,010 | 0,77 | 0,3 | 4,97 | 26,2 | 0,01 | 0,003 | | 0,00 | 2 | 0,11 | сахар | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | чай | 0,003 |
|  | **ИТОГО** |  | **5,22** | **4,23** | **30,86** | **210,05** | **0,06** | **0,15** | | **0,68** | **123,46** | **1,04** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **33,68** | **38,52** | **146,49** | **1209,21** | **0,43** | **0,49** | | **19,05** | **383,21** | **8,13** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **5 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** |  | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  | |  |  |  | молоко | 0,100 |
| 255 | Каша рисовая молочная | 0,150 | 5,96 | 6,18 | 24,21 | 162,8 | 0,03 | 0,02 | | 0,00 | 4,99 | 0,53 | рис | 0,026 |
| 514 | Кофейный напиток | 0,150 | 2,09 | 0,03 | 14,85 | 67,92 | 0,02 | 0,05 | | 0,75 | 85,35 | 0,10 | Масло слив | 0,013 |
| 122/490 | Хлеб с маслом | 0,030/0,006 | 2,35 | 4,48 | 16,08 | 133,72 | 0,03 | 0,01 | | 0,00 | 7,72 | 0,38 | сахар | 0,015 |
|  | **ИТОГО** |  | **10,4** | **10,69** | **55,14** | **364,44** | **0,08** | **0,08** | | **0,75** | **98,06** | **1,01** | Кофейный напиток | 0,008 |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | сок | 0,150 | 0,00 | 0,026 | 13,23 | 65,82 | 0,14 | 0,01 | | 0,82 | 10,99 | 1,44 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | капуста | 0,06 |
| 3 | Салат из капусты | 0,040 | 0,65 | 4,04 | 3,85 | 54,74 | 0,01 | 0,01 | | 10,72 | 17,26 | 0,23 | Рыба свеж | 0,03 |
| 165 | Уха из свеж рыбы | 0,150 | 7,39 | 3,03 | 12,66 | 118,32 | 0,14 | 0,10 | | 23,69 | 31,40 | 1,26 | мясо | 0,050 |
| 308 | Макароны с мясом | 0,150 | 27.23 | 13.70 | 76.09 | 336.59 | 0.21 | 2.79 | | 0.98 | 49.06 | 3.51 | макароны | 0,050 |
| 517 | Кисель | 0,150 | 0,47 | 0,19 | 30,11 | 124,05 | 0,00 | 0,01 | | 8,75 | 6,63 | 0,48 | кисель | 0,018 |
| 122 | Хлеб | 0,040 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,08 | 0,04 | 0,01 | | 0,00 | 8 | 0,44 | сахар | 0,010 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло слив | 0,005 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло раст | 0,004 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | морковь | 0,055 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,040 |
|  | **ИТОГО** |  | **38,81** | **22,18** | **155,85** | **803,6** | **0,54** | **2,93** | | **44,96** | **123,34** | **7,36** | картофель | 0,160 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| 577 | Булочка сахарная | 0,7 | 5,51 | 5,84 | 41,66 | 241,40 | 0,,09 | 0,04 | | 0,00 | 15,44 | 0,77 | мука | 0,080 |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | яйцо | 0,004 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сахар | 0,025 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | молоко | 0,037 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло рас | 0,004 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | дрожжи | 0,002 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** |  | **5,58** | **5,84** | **54,62** | **317,9** | **0,09** | **0,04** | | **0,00** | **19,49** | **1,42** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **54,79** | **38,71** | **265,61** | **1485,94** | **0,71** | **3,05** | | **45,71** | **240,89** | **9,79** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **Вторая неделя** | |  |  |  |  |  |  | | | |  | |  | |
| **1 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** | ясли | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  | |  |  |  | чай | 0,003 |
| 171 | Суп с лапшой | 0,150 | 1,67 | 3,50 | 8,36 | 105,68 | 0,02 | 0,01 | | 0,3 | 6,16 | 0,26 | лапша | 0,018 |
| 507 | Чай сладкий | 0,150 | 1,08 | 0,93 | 13,08 | 65,34 | 0,01 | 0,06 | | 0,48 | 49,05 | 0,69 | сахар | 0,015 |
| 122/104 | Хлеб с сыром | 0,030/0,010 | 4,46 | 6,33 | 6,58 | 101,15 | 0,01 | 0,05 | | 0,09 | 123,06 | 0,27 | Масло слив | 0,005 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сыр | 0,010 |
|  | **ИТОГО** |  | **7,21** | **10,76** | **28,02** | **272,17** | **0,04** | **0,12** | | **0,87** | **178,27** | **1,22** |  |  |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | фрукты | 0,150 | 0,00 | 0,026 | 13,23 | 65,82 | 0,14 | 0,01 | | 0,82 | 10,99 | 1,44 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мясо | 0,080 |
| 160 | Суп с клецками | 0,150 | 5,02 | 3,02 | 13,07 | 135,54 | 0,03 | 0,02 | | 4,71 | 5,94 | 0,30 | картофель | 0,40 |
| 210 | Рагу овощное с мясом | 0,150 | 2,57 | 10,87 | 12,63 | 181,77 | 0,07 | 0,07 | | 10,00 | 43,95 | 0,9 | Масло слив | 0,005 |
| 528 | Компот из свеж фрукт | 0,150 | 0,47 | 0,19 | 30,11 | 124,05 | 0,00 | 0,01 | | 14,21 | 11,06 | 0,78 | Масло рас | 0,004 |
| 122 | Хлеб | 0,040 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,08 | 0,04 | 0,01 | | 0,00 | 8 | 0,44 | сахар | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мука | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | морковь | 0,045 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,035 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | капуста | 0,150 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Апельсин | 0,006 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лимон | 0,006 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | яйцо | 0,004 |
|  | **ИТОГО** |  | **11.13** | **15.31** | **88.95** | **611.26** | **0.28** | **0.12** | | **29.74** | **79.94** | **5.6** |  |  |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | молоко | 0,100 |
| 275 | Каша Дружба молочная | 0,150 | 3,95 | 8,48 | 17,01 | 161,45 | 0,06 | 0,12 | | 0,99 | 94,86 | 0,42 | пшено | **0,013** |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | рис | 0,010 |
| 122 | Хлеб | 0,010 | 0,77 | 0,3 | 4,97 | 26,2 | 0,01 | 0,003 | | 0,00 | 0,2 | 0,11 | сахар | 0,020 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло слив | 0,005 |
|  | **ИТОГО** |  | **4,75** | **8,78** | **34,94** | **264,15** | **0,07** | **0,12** | | **0,99** | **99,11** | **1,18** | чай | 0,003 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **23,09** | **34,85** | **151,91** | **1147,58** | **0,39** | **0,36** | | **31,6** | **357,32** | **8** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **2 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** |  | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  | |  |  |  | молоко | 0,100 |
| 259 | Каша ячневая молочная | 0,150 | 4,93 | 6,83 | 30,76 | 208,19 | 0,09 | 0,03 | | 0,00 | 40,04 | 0,89 | сахар | 0,020 |
| 508 | чай | 0,150 | 3,21 | 2,81 | 12,87 | 89,01 | 0,02 | 0,05 | | 0,48 | 88,04 | 0,38 | Масло слив | 0,005 |
| 122 | Хлеб с джемом | 0,030 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 0,03 | 0,03 | | 0,01 | 40,4 | 0,26 | ячка | 0,026 |
|  | **ИТОГО** |  | **10,42** | **9,88** | **58,39** | **367,7** | **0,14** | **0,11** | | **0,49** | **168,48** | **1,53** | чай | 0,003 |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | джем | 0,018 |
|  | Снежок | 0,130 | 4,2 | 4,8 | 13,65 | 116,25 | 0,04 | 0,22 | | 1,05 | 180 | 0,15 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | м/капуста | 0,020 |
| 3 | Салат из морской капусты | 0,040 | 0,65 | 4,04 | 3,85 | 54,74 | 0,01 | 0,01 | | 10,72 | 17,26 | 0,23 | мясо | 0,020 |
| 147 | Рассольник на м/б | 0,150 | 5,41 | 2,86 | 27,42 | 130,44 | 0,05 | 0,03 | | 4,52 | 8,43 | 0,50 | Свеж рыба | 0,100 |
| 349 | Запечен рыба с овощами | 0,050 | 4,87 | 2,84 | 1,59 | 74,28 | 0,04 | 0,03 | | 0,53 | 23,50 | 0,43 | Масло слив | 0,005 |
| 189 | Рис отварной | 100 | 3,06 | 4,08 | 13,61 | 120,69 | 0,11 | 0,09 | | 12,73 | 41,22 | 0,76 | Масло раст | 0,004 |
| 517 | Кисель | 0,150 | 1,02 | 0,00 | 21,76 | 91,14 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 0,51 | 0,07 | сахар | 0,010 |
| 122 | Хлеб | 0,040 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,08 | 0,04 | 0,01 | | 0,00 | 8 | 0,44 | морковь | 0,065 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,045 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | перловка | 0,008 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | картофель | 0,160 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сметана | 0,006 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | кисель | 0,018 |
|  | **ИТОГО** |  | **22,28** | **19,82** | **101,79** | **691,82** | **0,29** | **0,39** | | **29,55** | **278,92** | **2,48** | молоко | 0,04 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло слив | 0,005 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | рис | 0,05 |
| 170 | Суп картофельный | 0,150 | 4,28 | 3,93 | 12,93 | 107,35 | 0,01 | 0,009 | | 0,81 | 7,52 | 0,29 |  |  |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | сахар | 0,015 |
| 122/490 | Хлеб | 0,015/0,006 | 2,35 | 4,48 | 16,08 | 133,72 | 0,03 | 0,01 | | 0,00 | 7,72 | 0,38 | картофель | 0,150 |
|  | Печенье |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,012 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | морковь | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** |  | **6,66** | **8,41** | **41,97** | **317,57** | **0,04** | **0,02** | | **0,081** | **19,29** | **1,32** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **49,78** | **38,11** | **202,15** | **1377,09** | **0,47** | **0,52** | | **30,12** | **466,69** | **5,43** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **3 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** |  | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  | |  |  |  | молоко | 0,200 |
| 256 | Каша геркулесовая молочная | 0,150 | 6,63 | 8,11 | 36,62 | 251,04 | 0,17 | 0,02 | | 0,00 | 16,36 | 1,56 | Масло слив | 0,013 |
| 514 | Кофейный напиток | 0,150 | 2,09 | 0,03 | 14,85 | 67,92 | 0,02 | 0,05 | | 0,75 | 85,35 | 0,10 | сахар | 0,020 |
| 122/490 | Хлеб с маслом | 0,035/0,006 | 2,35 | 4,48 | 16,08 | 133,72 | 0,03 | 0,075 | | 0,00 | 6 | 0,33 | Геркулес | 0,026 |
|  | **ИТОГО** |  | **11,07** | **12,62** | **67,55** | **452,68** | **0,22** | **0,14** | | **0,75** | **107,71** | **1,99** | Кофейный напиток | 0,008 |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | Сок | 0,150 | 1 | 0,20 | 20,2 | 92 | 0,02 | 0,02 | | 4,00 | 14,00 | 0,40 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мясо | 0,090 |
| 158 | Суп гороховый на м/б | 0,150 | 6,76 | 2,20 | 22,41 | 131,39 | 0,06 | 0,04 | | 7,35 | 10,82 | 0,48 | картофель | 0,160 |
| 435 | Макароны отварные , тефтели | 0,150 | 9,37 | 5,98 | 8,41 | 124,37 | 0,03 | 0,09 | | 25,5 | 86,47 | 3,24 | макароны | 0,05 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | рис | 0,008 |
| 522 | Компот | 0,150 | 0,42 | 0,00 | 20,55 | 83,88 | 0,007 | 0,007 | | 0,11 | 42,27 | 1,18 | Масло слив | 0,005 |
| 122 | Хлеб | 0,040 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,8 | 0,04 | 0,01 | | 0,00 | 8 | 0,44 | сухофрукты | 0,010 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сахар | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло раст | 0,008 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | горох | 0,008 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,035 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | морковь | 0,045 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | яйцо | 0,002 |
|  | **ИТОГО** |  | **20.62** | **9.58** | **91.48** | **536.44** | **0.15** | **0.16** | | **36.96** | **161.56** | **5.74** |  |  |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мука | 0,080 |
| 553 | Кребел | 0,070 | 7,33 | 1,7 | 50,6 | 207,0 | 0,09 | 0,03 | | 0,00 | 12,64 | 0,67 | дрожжи | 0.001 |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | сахар | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло раст | 0,013 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** |  | **7,36** | **1,7** | **63,56** | **283,5** | **0,09** | **0,03** | | **0,00** | **16,69** | **1,32** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **39,05** | **23,9** | **222,59** | **1272,62** | **0,46** | **0,33** | | **37,71** | **285,96** | **9,05** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **4 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** |  | ясли | ясли | ясли | ясли |  |  | |  |  |  |  |  |
| 277 | Каша манная молочная | 0,150 | 4,5 | 5,18 | 16,43 | 126,74 | 0,05 | 0,14 | | 0,15 | 117,41 | 0,28 | молоко | 0,200 |
| 508 | Какао с молоком | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | Масло слив | 0,005 |
| 122/490 | Хлеб с джемом | 0,035 | 2,35 | 4,48 | 16,08 | 133,72 | 0,03 | 0,075 | | 0,00 | 6 | 0,33 | сахар | 0,020 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | манка | 0,022 |
|  | **ИТОГО** |  | **6,88** | **9,66** | **45,47** | **336,96** | **0,08** | **0,21** | | **0,15** | **127,46** | **1,26** | какао | 0,008 |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | джем | 0,018 |
|  | фрукт | 0,150 | 0,00 | 0,20 | 20,2 | 92 | 0,02 | 0,02 | | 4,00 | 14,00 | 0,40 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мясо | 0,02 |
|  | Салат овощной | 0,04 | 0,54 | 4,04 | 2,87 | 50,47 | 0,004 | 0,01 | | 2,9 | 13,01 | 0,48 | овощи | 0,030 |
| 140 | Щи на м/б | 0,150 | 5,97 | 4,33 | 43,09 | 136,63 | 0,01 | 0,02 | | 7,66 | 19,52 | 0,60 | курица | 0,080 |
| 415 | Курица запечен | 0,060 | 5,19 | 4,03 | 2,04 | 51,59 | 0,009 | 0,03 | | 0,61 | 33,15 | 1,44 | Масло слив | 0,005 |
| 257 | Перловка отварная | 0,100 | 3,06 | 4,08 | 13,61 | 139,44 | 0,11 | 0,09 | | 12,73 | 41,22 | 0,76 | Масло раст | 0,008 |
| 528 | Компот | 0,150 | 0,47 | 0,19 | 30,11 | 124,05 | 0,00 | 0,01 | | 14,21 | 11,06 | 0,75 | сахар | 0,015 |
| 122 | Хлеб | 0,040 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,08 | 0,04 | 0,01 | | 0,00 | 8 | 0,44 | сухофрукты | 0,010 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сметана | 0,009 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | картофель | 0,160 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,045 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | морковь | 0,055 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | капуста | 0,050 |
|  | **ИТОГО** |  | **18,3** | **18,07** | **131,83** | **698,29** | **0,19** | **0,19** | | **42,11** | **139,96** | **4,87** | перловка | 0,045 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| 432 | Макароны отварные с сыром | 0,100 | 4,34 | 4,32 | 20,94 | 160,42 | 1,46 | 0,04 | | 0,00 | 15,44 | 0,77 | макароны | 0,050 |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | сыр | 0,008 |
| 122 | хлеб | 0,010 | 0,77 | 0,3 | 4,97 | 26,2 | 0,01 | 0,003 | | 0,00 | 0,02 | 0,011 | сахар | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | чай | 0,003 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло слив | 0,005 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО** |  | **5,58** | **5,84** | **54,62** | **317,9** | **1,46** | **0,04** | | **0,00** | **19,49** | **1,42** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **30,76** | **33,57** | **231,92** | **1353,15** | **0,36** | **0,44** | | **42,26** | **286,91** | **7,55** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| **№ рецепт уры** | **Наименование блюд** | **выход** | **Химический состав** | | | | **Суммарный набор продуктов по каждому приему пищи** | | | | | | | |
| **Б** | **Ж** | **У** | **К/кал** | Витамины  мг | | | | Минеральные в-ва мг | |  | |
| **5 день** | 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | **В1** | **В2** | | **С** | **С** | **Fe** |  |  |
|  | **1 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло слив | 0,008 |
| 180 | Омлет | 0,150 | 4,5 | 5,18 | 16,43 | 126,74 | 0,05 | 0,14 | | 0,68 | 117,41 | 0,28 | Масло рост | 0,004 |
| 514 | Коф напиток | 0,150 | 2,09 | 0,03 | 14,85 | 67,92 | 0,02 | 0,05 | | 0,75 | 85,35 | 0,10 | сахар | 0,015 |
| 122/490 | Хлеб с маслом | 0,035/0,006 | 2,35 | 4,48 | 16,08 | 133,79 | 0,03 | 0,075 | | 0,00 | 6 | 0, 33 | молоко | 0,160 |
|  | **ИТОГО** |  | **8,94** | **9,69** | **47,36** | **325,38** | **0,10** | **0,26** | | **1,43** | **208,76** | **0,71** | яйцо | 0,004 |
|  | **2 ЗАВТРАК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Кофейный напиток | 0,008 |
|  | Сок | 0,150 | 1 | 0,20 | 20,2 | 92 | 0,02 | 0,02 | | 4,00 | 14,00 | 0,40 |  |  |
|  | **ОБЕД** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | мясо | 0,080 |
| 16 | Салат из овощей | 0,040 | 0,29 | 4,04 | 0,9 | 41,05 | 0,01 | 0,01 | | 1,82 | 8,37 | 0,22 | Овощи | 0,030 |
| 163 | Суп мозайка на м/б | 0,150 | 8,28 | 6,72 | 18,04 | 143,79 | 0,06 | 0,04 | | 9,3 | 8,94 | 0,56 | Масло слив | 0,005 |
| 380 | Плов с мясом | 0,150 | 16,37 | 12,75 | 23,00 | 272,25 | 0,03 | 0,08 | | 0,00 | 11,46 | 2,15 | Масло рас | 0,008 |
| 517 | Кисель | 0,150 | 1,02 | 0,00 | 21,76 | 91,14 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 0,51 | 0,07 | рис | 0,050 |
| 122 | Хлеб | 0,040 | 3,07 | 1,2 | 19,91 | 104,08 | 0,04 | 0,01 | | 0,00 | 8 | 0,44 | яйцо | 0,005 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | картофель | 0,160 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Зелен горошек | 0,015 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сахар | 0,010 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | морковь | 0,065 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | лук | 0,050 |
|  | **ИТОГО** |  | **30,03** | **24,91** | **103,81** | **774,31** | **0,16** | **0,16** | | **15,12** | **51,28** | **3,84** | кисель | 0.016 |
|  | **ПОЛДНИК** |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
| 597 | Рулет с повидлом | 0,060 | 2,35 | 10,29 | 33,43 | 234,84 | 0,03 | 0,03 | | 0,00 | 15,58 | 0,67 | мука | 0,08 |
| 505 | Чай сладкий | 0,150 | 0,03 | 0,00 | 12,96 | 76,5 | 0,00 | 0,00 | | 0,00 | 4,05 | 0,65 | яйцо | 0,005 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | повидло | 0.018 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Чай | 0,008 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | молоко | 0,040 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | сахар | 0,020 |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  | Масло раст | 0,003 |
|  | **ИТОГО** |  | **2,38** | **10,29** | **46,39** | **312,34** | **0,03** | **0,03** | | **0,00** | **19,63** | **1,32** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  | **ИТОГО ЗА ДЕНЬ** |  | **41,35** | **44,89** | **197,56** | **197,56** | **0,29** | **0,45** | | **16,55** | **279,67** | **5,87** |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  | |  |  |  |  |  |