

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	3 - 6 лет	7 - 11 лет	Белки			Жиры			Углеводы			от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7--11 лет	
					от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7--11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7--11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7--11 лет				
<b>1 неделя</b>																	
<b>1 день</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	150	200	200	5,21	6,51	6,51	5,08	6,35	6,35	16,42	20,53	20,53	152,2	202,93	202,93	94
	Кофейный напиток на молоке	150	180	200	1,2	1,4	1,6	1,28	2,00	2,22	18,56	22,4	24,89	112,36	134,83	149,81	958
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>475</b>	<b>8,77</b>	<b>10,27</b>	<b>12,54</b>	<b>13,85</b>	<b>15,84</b>	<b>22,61</b>	<b>49,69</b>	<b>57,64</b>	<b>73</b>	<b>402,06</b>	<b>475,26</b>	<b>610,55</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>20,2</b>	<b>20,2</b>	<b>40,4</b>	<b>92,00</b>	<b>92,00</b>	<b>184,00</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свежей капусты	30	50	60	0,85	1,41	1,69	3,05	5,08	6,1	5,19	8,65	10,38	51,54	85,9	103,08	79
	Суп куриный с вермшелью	150	200	200	19,40	32,39	32,39	5,90	9,84	9,84	91,46	152,44	152,44	118,48	157,97	157,97	91
	Плов из куриного филе	130	150	200	20,30	25,38	33,84	17,00	21,25	28,33	35,69	44,61	59,48	327,73	471,25	628,33	601
	Компот из с/ф	150	180	200	0,04	0,09	0,1	0	0	0	24,76	34,26	38,07	94,2	113,04	125,6	868
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>620</b>	<b>700</b>	<b>44,69</b>	<b>63,37</b>	<b>72,15</b>	<b>26,48</b>	<b>36,71</b>	<b>44,82</b>	<b>171,35</b>	<b>247,41</b>	<b>269,41</b>	<b>675,09</b>	<b>903,45</b>	<b>1099,69</b>	
<b>Усиленный полдник</b>	Макаронные отварные с сыром	150	200	200	9,67	10,88	10,88	10,19	11,27	11,27	41,36	45,96	45,96	281,3	311,18	311,18	415
	Чай с лимоном	150	180	180	0,1	0,2	0,2	0	0	0	12	14	14	23	28	28	944
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>380</b>	<b>380</b>	<b>9,77</b>	<b>11,08</b>	<b>11,08</b>	<b>10,19</b>	<b>11,27</b>	<b>11,27</b>	<b>53,36</b>	<b>59,96</b>	<b>59,96</b>	<b>304,3</b>	<b>339,18</b>	<b>339,18</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1240,00</b>	<b>1520</b>	<b>1755</b>	<b>64,23</b>	<b>85,72</b>	<b>97,77</b>	<b>50,7</b>	<b>64</b>	<b>79,1</b>	<b>294,6</b>	<b>385,2</b>	<b>442,8</b>	<b>1473,5</b>	<b>1809,89</b>	<b>2233,42</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
					Белки			Жиры			Углеводы						
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	
<b>1 неделя</b>																	
<b>День 2</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша геркулесовая молочная	150	200	200	4,91	6,21	6,21	5,1	6,38	6,38	16,5	20,63	20,63	131,8	175,73	175,73	390
	Чай с сахаром	150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	10,00	14,00	15,56	23,00	28,00	31,11	943
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>475</b>	<b>7,37</b>	<b>8,77</b>	<b>10,84</b>	<b>12,59</b>	<b>13,87</b>	<b>20,42</b>	<b>41,21</b>	<b>49,34</b>	<b>63,77</b>	<b>292,3</b>	<b>341,23</b>	<b>464,65</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Фрукт	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	
<b>Обед</b>	Помидор свежий (нарезка)	30	50	60	0,33	0,55	0,66	0,06	0,1	0,12	1,14	1,9	2,28	7,2	12	14,4	70
	Борщ на мясном бульоне со сметаной	150/8	200/10	200/10	1,45	1,81	1,81	3,93	4,91	4,91	100,20	125,25	125,25	82,00	132,50	132,50	170
	Гуляш из курицы	50	70	90	19,72	23,8	30,6	17,89	19,52	25,1	4,76	5,74	7,38	145,00	203,00	261,00	591
	Макароны отварные	110	150	150	5,52	6,62	6,62	4,52	5,42	5,42	26,45	31,73	31,73	148,24	215,14	215,14	688
	Компот из с/ф	150	180	200	0,04	0,09	0,1	0	0	0	24,76	34,26	38,07	94,2	113,04	125,6	868
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
	<b>Итого</b>	<b>538</b>	<b>700</b>	<b>750</b>	<b>31,06</b>	<b>36,87</b>	<b>43,79</b>	<b>26,9</b>	<b>30,45</b>	<b>36,05</b>	<b>182,81</b>	<b>224,38</b>	<b>230,21</b>	<b>599,04</b>	<b>798,08</b>	<b>871,04</b>	
<b>Усиленный полдник</b>	Запеканка из творога со сгущенным молоком	130/20	150/25	150/25	27,84	30,93	30,93	18,00	22,89	22,89	32,4	36,00	36,00	279,6	326,2	326,2	469
	Кофейный напиток на молоке	150	200	200	1,2	1,5	1,5	1,28	2	2	18,56	24,89	24,89	112,36	166,46	166,46	958
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>375</b>	<b>375</b>	<b>29,04</b>	<b>32,43</b>	<b>32,43</b>	<b>19,28</b>	<b>24,89</b>	<b>24,89</b>	<b>50,96</b>	<b>60,89</b>	<b>60,89</b>	<b>391,96</b>	<b>492,66</b>	<b>492,66</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1278</b>	<b>1595</b>	<b>1700</b>	<b>68,47</b>	<b>79,07</b>	<b>88,06</b>	<b>58,97</b>	<b>69,41</b>	<b>81,56</b>	<b>284,78</b>	<b>344,41</b>	<b>364,67</b>	<b>1385,3</b>	<b>1733,97</b>	<b>1930,35</b>	

		Выход блюда	Пищевые вещества										
--	--	-------------	------------------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--

Прием пищи	Наименование блюда				Белки			Жиры			Углеводы			Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	
<b>1 неделя</b>																	
<b>День 3</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	150	200	200	5,9	7,55	7,55	5,58	6,95	6,95	18,57	23,21	23,21	136,8	195,73	195,73	384
	Какао на молоке	150	180	200	3,72	4,89	5,43	2,85	3,42	3,8	25,49	32,42	36,02	145,2	174,24	193,6	959
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	Сыр	10	10	10	3,16	3,16	3,16	3,41	3,41	3,41	8,8	8,8	8,8	36,4	36,4	36,4	42
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>430</b>	<b>485</b>	<b>15,14</b>	<b>17,96</b>	<b>20,57</b>	<b>19,33</b>	<b>21,27</b>	<b>28,2</b>	<b>28,2</b>	<b>67,57</b>	<b>79,14</b>	<b>95,61</b>	<b>455,9</b>	<b>543,87</b>	<b>683,54</b>
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>20,2</b>	<b>20,2</b>	<b>40,4</b>	<b>92,00</b>	<b>92,00</b>	<b>184,00</b>	
<b>Обед</b>	Огурец свежий (нарезка)	30	50	60	0,21	0,35	0,42	0,03	0,05	0,06	0,57	0,95	1,14	3,3	5,5	6,6	70
	Суп гороховый с гречками на курином бульоне	150	200	200	4,39	5,49	5,49	4,22	5,28	5,28	13,06	16,33	16,33	110,09	162,78	162,78	206
	Рагу из овощей с курицей	150	200	200	2,29	2,75	2,75	11	13,2	13,2	14,44	17,33	17,33	156,00	221,33	221,33	321
	Кисель	150	180	200	0,1	0,14	0,16	0,01	0,04	0,04	17,2	27,5	30,56	98,3	117,96	131,07	869
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>670</b>	<b>700</b>	<b>10,99</b>	<b>12,73</b>	<b>12,82</b>	<b>15,76</b>	<b>19,07</b>	<b>19,08</b>	<b>70,77</b>	<b>87,61</b>	<b>90,86</b>	<b>490,09</b>	<b>629,97</b>	<b>644,18</b>	
	<b>Усиленный полдник</b>	Омлет	70	90	100	7,7	9,9	11	11,93	15,34	17,04	1,43	1,84	2,04	177,21	227,84	253,16
Хлеб пшеничный		40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
Чай с сахаром		150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	10,00	14,00	15,56	23,00	28,00	31,11	943
<b>Итого</b>		<b>260</b>	<b>310</b>	<b>340</b>	<b>11,8</b>	<b>14,1</b>	<b>15,2</b>	<b>12,43</b>	<b>15,84</b>	<b>17,54</b>	<b>36,93</b>	<b>41,34</b>	<b>43,1</b>	<b>322,61</b>	<b>378,24</b>	<b>406,67</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1230</b>	<b>1510</b>	<b>1725</b>	<b>38,93</b>	<b>45,79</b>	<b>50,59</b>	<b>47,72</b>	<b>56,38</b>	<b>65,22</b>	<b>195,5</b>	<b>228,3</b>	<b>270</b>	<b>1360,60</b>	<b>1644,08</b>	<b>1918,39</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
					Белки			Жиры			Углеводы			от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет				
<b>1 неделя</b>																	
<b>День 4</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша гречневая молочная	150	200	200	5,97	7,46	7,46	5,48	6,85	6,85	17,08	21,35	21,35	151,6	202,13	202,13	94
	Чай с молоком	150	180	200	1,4	1,6	1,78	1,6	1,8	2,00	16,4	18,2	20,22	86	103,2	114,67	945
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>475</b>	<b>9,73</b>	<b>11,42</b>	<b>13,67</b>	<b>14,57</b>	<b>16,14</b>	<b>22,89</b>	<b>48,19</b>	<b>54,26</b>	<b>69,15</b>	<b>375,1</b>	<b>442,83</b>	<b>574,61</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Снежок или йогурт 2,5 % жирности	<b>100</b>	<b>150</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5,85</b>	<b>7,8</b>	<b>5</b>	<b>5,3</b>	<b>7,07</b>	<b>8</b>	<b>8,4</b>	<b>11,2</b>	<b>106,00</b>	<b>159,00</b>	<b>212,00</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидоров	30	50	60	0,33	0,55	0,66	0,06	0,1	0,12	1,14	1,9	2,28	7,2	12	14,40	58
	Суп с клецками на курином бульоне	150	200	200	1,68	2,1	2,1	4,09	5,11	5,11	13,27	16,59	16,59	96,6	130,8	130,8	213
	Котлета из говядины	50	70	90	7,78	12,44	15,99	5,78	9,24	11,88	7,85	12,56	16,15	130,71	183,00	235,29	608
	Соус красный	30	30	30	0,4	0,6	0,6	1	2	2	3	3,6	3,6	25,1	25,1	25,1	228
	Картофельное пюре	110	150	150	3,06	3,67	3,67	4,8	5,76	5,76	20,45	24,53	24,53	137,25	187,16	187,16	694
	Компот из с/ф	150	180	180	0,04	0,09	0,09	0	0	0	24,76	34,26	34,26	94,2	113,04	113,04	868
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>720</b>	<b>750</b>	<b>17,29</b>	<b>23,45</b>	<b>27,11</b>	<b>16,23</b>	<b>22,71</b>	<b>25,37</b>	<b>95,97</b>	<b>118,94</b>	<b>122,91</b>	<b>613,46</b>	<b>773,5</b>	<b>828,19</b>	
<b>Усиленный полдник</b>	Запеканка из манной крупы со сгущенным молоком	130/20	150/25	150/25	13,23	16,61	16,61	8,13	11,29	11,29	23,36	26,78	26,78	234,00	273,00	273,00	392
	Чай с сахаром	150	180	180	0,1	0,2	0,2	0	0	0	10	14	14	23,00	28,00	28,00	943
	<b>Итого</b>	<b>300</b>	<b>365</b>	<b>365</b>	<b>13,33</b>	<b>16,81</b>	<b>16,81</b>	<b>8,13</b>	<b>11,29</b>	<b>11,29</b>	<b>33,36</b>	<b>40,78</b>	<b>40,78</b>	<b>257,00</b>	<b>301,00</b>	<b>301,00</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1300</b>	<b>1655</b>	<b>1790</b>	<b>46,15</b>	<b>57,53</b>	<b>65,39</b>	<b>43,93</b>	<b>55,44</b>	<b>66,62</b>	<b>185,52</b>	<b>222,38</b>	<b>244,04</b>	<b>1351,56</b>	<b>1676,33</b>	<b>1915,80</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
					Белки			Жиры			Углеводы						
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	
<b>1 неделя</b>																	
<b>День 5</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная	150	200	200	4,82	6,03	6,03	1,02	1,28	1,28	16,83	21,04	21,04	132,4	176,5	176,5	94
	Какао на молоке	150	180	200	3,72	4,89	5,43	2,85	3,42	3,8	25,49	32,42	36,02	145,2	174,24	193,6	959
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>475</b>	<b>10,9</b>	<b>13,28</b>	<b>15,89</b>	<b>11,36</b>	<b>12,19</b>	<b>19,12</b>	<b>57,03</b>	<b>68,17</b>	<b>84,64</b>	<b>415,1</b>	<b>488,24</b>	<b>627,91</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Фрукт	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	<b>102</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свеклы с яблоком	30	50	60	0,21	0,35	0,42	0,09	0,15	0,18	4,32	7,2	8,64	23,49	39,15	46,98	92
	Свекольник на курином бульоне	150	200	200	1,22	1,44	1,44	2,1	2,78	2,78	6,5	7,31	7,31	133,28	177,7	177,7	
	Котлета из курицы	50	70	90	7,78	12,44	15,99	5,78	9,24	11,88	7,85	12,56	16,15	114,38	160,13	205,88	608
	Соус красный	30	30	30	0,4	0,6	0,6	1	2	2	3	3,6	3,6	25,1	25,1	25,1	228
	Каша гречневая	110	130	150	7,46	8,95	10,33	5,61	6,73	7,77	35,84	43	49,62	212,99	263,53	304,07	679
	Компот из кураги	150	180	200	0,04	0,06	0,08	0,05	0,06	0,1	13,84	16,43	27,68	55,03	66,04	110,06	867
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
<b>Усиленный полдник</b>	<b>Итого</b>	<b>560</b>	<b>700</b>	<b>770</b>	<b>21,11</b>	<b>27,84</b>	<b>32,86</b>	<b>15,13</b>	<b>21,46</b>	<b>25,21</b>	<b>96,85</b>	<b>115,6</b>	<b>138,5</b>	<b>686,67</b>	<b>854,05</b>	<b>992,19</b>	
	Ватрушка с творогом	90	100	100	7,29	7,29	7,29	6,75	6,75	6,75	13,65	13,65	13,65	149,00	165,55	165,55	1058
	Чай с лимоном	150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	12	14	15,56	23	28	31,11	944
	<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>280</b>	<b>300</b>	<b>7,39</b>	<b>7,49</b>	<b>7,49</b>	<b>6,75</b>	<b>6,75</b>	<b>6,75</b>	<b>25,65</b>	<b>27,65</b>	<b>29,21</b>	<b>172</b>	<b>193,55</b>	<b>196,66</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1240</b>	<b>1500</b>	<b>1645</b>	<b>40,4</b>	<b>49,61</b>	<b>57,24</b>	<b>33,44</b>	<b>40,6</b>	<b>51,28</b>	<b>189,33</b>	<b>221,22</b>	<b>262,15</b>	<b>1375,77</b>	<b>1637,84</b>	<b>1918,76</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецепта
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	Белки			Жиры			Углеводы			от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	
					от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет				
<b>2 неделя</b>																	
<b>День 6</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша пшеничная молочная	150	200	200	5,8	7,25	7,25	5,48	6,85	6,85	18,57	23,21	23,21	137,62	183,5	183,5	94
	Чай с сахаром	150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	10,00	14,00	15,56	23,00	28,00	31,11	943
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>475</b>	<b>8,26</b>	<b>9,81</b>	<b>11,88</b>	<b>12,97</b>	<b>14,34</b>	<b>20,89</b>	<b>43,28</b>	<b>51,92</b>	<b>66,35</b>	<b>298,12</b>	<b>349,00</b>	<b>472,42</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>20,2</b>	<b>20,2</b>	<b>40,4</b>	<b>92,00</b>	<b>92,00</b>	<b>184,00</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свежей капусты	30	50	60	0,85	1,41	1,69	3,05	5,08	6,1	5,19	8,65	10,38	51,54	85,9	103,08	79
	Рассольник на мясном бульоне со сметаной	150/8	200/10	200/10	1,68	2,10	2,10	4,09	5,11	5,11	13,27	16,59	16,59	119,44	158,75	158,75	195
	Бефстроганов из печени	50	70	70	14,40	16,56	21,29	5,78	6,64	8,54	3,55	4,08	5,25	99,81	139,73	179,65	102
	Макароны отварные	110	150	150	5,52	6,62	6,62	4,52	5,42	5,42	26,45	31,73	31,73	148,24	215,14	215,14	688
	Компот из с/ф	150	180	200	0,04	0,09	0,1	0	0	0	24,76	34,26	38,07	94,2	113,04	125,6	868
	Хлеб ржаной	40	40	40	1,28	1,28	1,28	0,2	0,2	0,2	11,91	11,91	11,91	67,00	67,00	67,00	
	<b>Итого</b>	<b>380</b>	<b>490</b>	<b>520</b>	<b>23,77</b>	<b>28,06</b>	<b>33,08</b>	<b>17,64</b>	<b>22,45</b>	<b>25,37</b>	<b>85,13</b>	<b>107,22</b>	<b>113,93</b>	<b>580,23</b>	<b>779,56</b>	<b>849,22</b>	
<b>Усиленный полдник</b>	Плов с курицей	130	150	150	20,30	25,38	25,38	17,00	21,25	21,25	35,69	44,61	44,61	327,73	471,25	471,25	601
	Хлеб ржаной	40	40	40	1,28	1,28	1,28	0,2	0,2	0,2	11,91	11,91	11,91	67	67	67	
	Чай с молоком	150	180	200	1,4	1,6	1,78	1,6	1,8	2,00	16,4	18,2	20,22	86	103,2	114,67	945
	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>370</b>	<b>390</b>	<b>22,98</b>	<b>28,26</b>	<b>28,44</b>	<b>18,8</b>	<b>23,25</b>	<b>23,45</b>	<b>64</b>	<b>74,72</b>	<b>76,74</b>	<b>480,73</b>	<b>641,45</b>	<b>652,92</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1140</b>	<b>1380</b>	<b>1585</b>	<b>56,01</b>	<b>67,13</b>	<b>75,4</b>	<b>49,61</b>	<b>60,24</b>	<b>70,11</b>	<b>212,61</b>	<b>254,06</b>	<b>297,42</b>	<b>1451,08</b>	<b>1862,01</b>	<b>2158,56</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептур
					Белки			Жиры			Углеводы						
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	

**2 неделя**

**День 7**

<b>Завтрак</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	150	200	200	5,75	7,19	7,19	5,21	6,51	6,51	18,84	23,55	23,55	145,2	193,6	193,6	235
	Кофейный напиток на молоке	150	180	200	1,2	1,4	1,6	1,28	2,00	2,22	18,56	22,4	24,89	112,36	134,83	149,81	958
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>475</b>	<b>9,31</b>	<b>10,95</b>	<b>13,22</b>	<b>13,98</b>	<b>16,00</b>	<b>22,77</b>	<b>52,11</b>	<b>60,66</b>	<b>76,02</b>	<b>395,06</b>	<b>465,93</b>	<b>601,22</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Фрукт	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>47,00</b>	<b>47,00</b>	<b>47,00</b>	
<b>Обед</b>	Помидор свежий (нарезка)	30	50	60	0,33	0,55	0,66	0,06	0,1	0,12	1,14	1,9	2,28	7,2	12	14,4	70
	Суп рисовый с мясными фрикадельками	150	200	200	6,54	6,64	6,64	2,72	5,18	5,18	6,77	15,44	15,44	123,75	165,00	165,00	209
	Жаркое домашнему с курицей	150	200	200	27,53	36,71	36,71	7,47	9,96	9,96	21,95	29,27	29,27	265,00	353,33	353,33	590
	Компот из с/ф	150	180	200	0,04	0,09	0,1	0	0	0	24,76	34,26	38,07	94,2	113,04	125,6	868
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
	<b>Итого</b>	<b>520</b>	<b>670</b>	<b>700</b>	<b>38,44</b>	<b>47,99</b>	<b>48,11</b>	<b>10,75</b>	<b>15,74</b>	<b>15,76</b>	<b>80,12</b>	<b>106,4</b>	<b>110,6</b>	<b>612,55</b>	<b>765,77</b>	<b>780,73</b>	
<b>силенный полдник</b>	Сырники со сгущенным молоком	90/20	110/25	165/25	28,44	33,64	47,35	19,51	22,81	32,1	17,1	20,52	28,88	357,16	438,33	616,91	463
	Чай с лимоном	150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	12	14	15,56	23	28	31,11	944
	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>315</b>	<b>390</b>	<b>28,54</b>	<b>33,84</b>	<b>47,55</b>	<b>19,51</b>	<b>22,81</b>	<b>32,1</b>	<b>29,1</b>	<b>34,52</b>	<b>44,44</b>	<b>380,16</b>	<b>466,33</b>	<b>648,02</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1220</b>	<b>1505</b>	<b>1665</b>	<b>77,29</b>	<b>93,78</b>	<b>109,9</b>	<b>44,44</b>	<b>54,8</b>	<b>70,8</b>	<b>171,1</b>	<b>211,4</b>	<b>240,8</b>	<b>1434,77</b>	<b>1745,03</b>	<b>2076,97</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
					Белки			Жиры			Углеводы						
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	
<b>2 неделя</b>																	
<b>День 8</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша "Дружба" молочная	150	200	200	8,2	10,44	10,44	9,3	11,11	11,11	36,4	41,3	41,3	230,25	307,00	307,00	177
	Чай с лимоном	150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	12	14	15,56	23	28	31,11	944
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	Сыр	10	10	10	2,3	2,3	2,3	2,9	2,9	2,9	0	0	0	36,4	36,4	36,4	42
	<b>Итого</b>	<b>350</b>	<b>430</b>	<b>485</b>	<b>12,96</b>	<b>15,3</b>	<b>17,37</b>	<b>19,69</b>	<b>21,5</b>	<b>28,05</b>	<b>63,11</b>	<b>70,01</b>	<b>84,44</b>	<b>427,15</b>	<b>508,9</b>	<b>632,32</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Сок	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>200</b>	<b>1</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>0,4</b>	<b>20,2</b>	<b>20,2</b>	<b>40,4</b>	<b>92,00</b>	<b>92,00</b>	<b>184,00</b>	
<b>Обед</b>	Огурец свежий (нарезка)	30	50	60	0,21	0,35	0,42	0,03	0,05	0,06	0,57	0,95	1,14	3,3	5,5	6,6	70
	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне со сметаной	150/6	200/8	200/8	1,18	1,57	1,57	2,34	3,12	3,12	34,1	42,82	42,82	78,45	127,47	127,47	187
	Рыба тушеная с овощами	60	80	90	13,87	18,3	20,59	7,85	10,21	11,49	6,53	8,49	9,55	146,25	195,00	219,38	486
	Картофельное пюре	110	150	150	3,06	3,67	3,67	4,8	5,76	5,76	20,45	24,53	24,53	120,78	164,7	164,7	694
	Кисель	150	180	180	0,1	0,14	0,14	0,01	0,04	0,04	17,2	27,5	27,5	98,3	117,96	117,96	869
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
	<b>Итого</b>	<b>390</b>	<b>500</b>	<b>520</b>	<b>22,42</b>	<b>28,03</b>	<b>30,39</b>	<b>15,53</b>	<b>19,68</b>	<b>20,97</b>	<b>104,35</b>	<b>129,79</b>	<b>131,04</b>	<b>616,46</b>	<b>733,03</b>	<b>758,51</b>	
<b>Усиленный полдник</b>	Омлет	70	90	100	7,7	9,9	11	11,93	15,34	17,04	1,43	1,84	2,04	177,21	227,84	253,16	438
	Чай с сахаром	150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	10,00	14,00	15,56	23,00	28,00	31,11	943
	Хлеб ржаной	40	40	40	1,28	1,28	1,28	0,2	0,2	0,2	11,91	11,91	11,91	67,00	67,00	67,00	
	<b>Итого</b>	<b>260</b>	<b>310</b>	<b>340</b>	<b>15,65</b>	<b>20,47</b>	<b>20,47</b>	<b>22,36</b>	<b>28,52</b>	<b>28,52</b>	<b>24,56</b>	<b>29,42</b>	<b>29,42</b>	<b>343,58</b>	<b>433,9</b>	<b>433,9</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1100</b>	<b>1340</b>	<b>1545</b>	<b>52,03</b>	<b>64,8</b>	<b>70,23</b>	<b>57,78</b>	<b>69,9</b>	<b>77,94</b>	<b>212,22</b>	<b>249,42</b>	<b>285,3</b>	<b>1479,19</b>	<b>1767,83</b>	<b>2008,73</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
					Белки			Жиры			Углеводы						
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	
<b>2 неделя</b>																	
<b>День 9</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша кукурузная молочная	150	200	200	4,5	6,21	6,21	5,85	7,8	7,8	21,75	29	29	159,15	212,2	212,2	390
	Чай с молоком	150	180	200	1,4	1,6	1,78	1,6	1,8	2,00	16,4	18,2	20,22	86	103,2	114,67	945
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>475</b>	<b>8,26</b>	<b>10,17</b>	<b>12,42</b>	<b>14,94</b>	<b>17,09</b>	<b>23,84</b>	<b>52,86</b>	<b>61,91</b>	<b>76,8</b>	<b>382,65</b>	<b>452,9</b>	<b>584,68</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Снежок или йогурт 2,5 % жирности	<b>100</b>	<b>150</b>	<b>200</b>	<b>5,8</b>	<b>5,85</b>	<b>7,8</b>	<b>5</b>	<b>5,3</b>	<b>7,07</b>	<b>8</b>	<b>8,4</b>	<b>11,2</b>	<b>106,00</b>	<b>159,00</b>	<b>212,00</b>	
<b>Обед</b>	Салат из свежих помидоров	30	50	60	0,33	0,55	0,66	0,06	0,1	0,12	1,14	1,9	2,28	7,2	12	14,40	58
	Суп с рыбными консервами	150	200	200	6,89	8,61	8,61	6,72	8,4	8,4	11,47	14,34	14,34	125,43	167,25	167,25	87
	Котлета из курицы	50	70	90	7,78	12,44	15,99	5,78	9,24	11,88	7,85	12,56	16,15	114,38	160,13	205,88	608
	Соус красный основной	30	30	30	0,4	0,6	0,6	1	2	2	3	3,6	3,6	25,1	25,1	25,1	228
	Каша гречневая	110	130	150	7,46	8,95	10,33	5,61	6,73	7,77	35,84	43	49,62	212,99	263,53	304,07	679
	Компот из с/ф	150	180	180	0,04	0,09	0,09	0	0	0	24,76	34,26	34,26	94,2	113,04	113,04	868
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
	<b>Итого</b>	<b>566</b>	<b>708</b>	<b>758</b>	<b>26,9</b>	<b>35,24</b>	<b>40,28</b>	<b>19,67</b>	<b>26,97</b>	<b>30,67</b>	<b>109,56</b>	<b>135,16</b>	<b>145,75</b>	<b>701,7</b>	<b>863,45</b>	<b>952,14</b>	
<b>Усиленный полдник</b>	Вареники ленивые с творогом с	130	150	150	27,84	29,93	29,93	18	22,89	22,89	29,4	32,00	32,00	237,15	273,63	273,63	461

	маслом сливочным																
	Хлеб ржаной	40	40	40	1,28	1,28	1,28	0,2	0,2	0,2	11,91	11,91	11,91	67,00	67,00	67,00	
	Чай с сахаром	150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	10,00	14,00	15,56	23,00	28,00	31,11	943
	<b>Итого</b>	<b>320</b>	<b>370</b>	<b>390</b>	<b>29,22</b>	<b>31,41</b>	<b>31,41</b>	<b>41,29</b>	<b>23,09</b>	<b>23,09</b>	<b>51,31</b>	<b>57,91</b>	<b>57,91</b>	<b>327,15</b>	<b>368,63</b>	<b>368,63</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1326</b>	<b>1648</b>	<b>1823</b>	<b>70,18</b>	<b>82,67</b>	<b>91,91</b>	<b>80,9</b>	<b>72,45</b>	<b>84,67</b>	<b>221,73</b>	<b>263,38</b>	<b>291,66</b>	<b>1517,5</b>	<b>1843,98</b>	<b>2117,45</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда			Пищевые вещества									Энергетическая ценность (ккал)			№ рецептуры
					Белки			Жиры			Углеводы						
		от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	от 1 года до 3 лет	3-6 лет	7-11 лет	
<b>2 неделя</b>																	
<b>День 10</b>																	
<b>Завтрак</b>	Каша манная молочная	150	200	200	5,21	6,51	6,51	5,08	6,35	6,35	16,42	20,53	20,53	152,2	202,93	202,93	94
	Какао на молоке	150	180	200	3,72	4,89	5,43	2,85	3,42	3,8	25,49	32,42	36,02	145,2	174,24	193,6	959
	Батон с маслом сливочным	30/10	30/10	60/15	2,36	2,36	4,43	7,49	7,49	14,04	14,71	14,71	27,58	137,5	137,5	257,81	1
	<b>Итого</b>	<b>340</b>	<b>420</b>	<b>475</b>	<b>11,29</b>	<b>13,76</b>	<b>16,37</b>	<b>15,42</b>	<b>17,26</b>	<b>24,19</b>	<b>56,62</b>	<b>67,66</b>	<b>84,13</b>	<b>434,9</b>	<b>514,67</b>	<b>654,34</b>	
<b>2-ой завтрак</b>	Фрукт	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>1,0</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>47,00</b>	<b>47,00</b>	<b>47,00</b>	
<b>Обед</b>	Салат из моркови с маслом	30	50	60	0,21	0,35	0,42	0,09	0,15	0,18	4,32	7,2	8,64	23,49	39,15	46,98	92
	Суп картофельный с крупой гречневой	150	200	200	5,3	7,4	7,4	4,22	5,28	5,28	13,06	16,33	16,33	108,56	144,75	144,75	204
	Тефтели мясные	50	70	90	8,87	11,78	15,15	9,83	12,91	16,6	11,71	14,9	19,16	171,00	223,00	286,71	618-619
	Соус красный основной	30	30	30	0,4	0,6	0,6	1	2	2	3	3,6	3,6	25,1	25,1	25,1	228
	Рис отварной	110	150	150	4,79	5,74	5,74	4,26	5,11	5,11	30,83	36,99	36,99	187,02	224,42	224,42	679
	Компот из апельсинов	150	180	200	0,45	0,54	0,6	0,15	0,18	0,2	22,35	26,82	29,8	85,8	102,96	114,4	864
	Хлеб пшеничный	40	40	40	4	4	4	0,5	0,5	0,5	25,5	25,5	25,5	122,4	122,4	122,4	
	<b>Итого</b>	<b>568</b>	<b>730</b>	<b>780</b>	<b>20,55</b>	<b>25,22</b>	<b>28,84</b>	<b>19,62</b>	<b>25,54</b>	<b>29,24</b>	<b>205,2</b>	<b>252,5</b>	<b>262,97</b>	<b>736,72</b>	<b>900,62</b>	<b>999,53</b>	
<b>Усиленный полдник</b>	Ватрушка с сахаром/повидлом	90	100	100	7,29	7,29	7,29	6,75	6,75	6,75	13,65	13,65	13,65	149,00	165,55	165,55	1058-1059
	Чай с сахаром	150	180	200	0,1	0,2	0,2	0	0	0	10,00	14,00	15,56	23,00	28,00	31,11	943
	<b>Итого</b>	<b>240</b>	<b>280</b>	<b>300</b>	<b>7,39</b>	<b>7,49</b>	<b>7,49</b>	<b>6,75</b>	<b>6,75</b>	<b>6,75</b>	<b>23,65</b>	<b>27,65</b>	<b>29,21</b>	<b>172</b>	<b>193,55</b>	<b>196,66</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1248</b>	<b>1530</b>	<b>1755</b>	<b>40,23</b>	<b>47,47</b>	<b>54,7</b>	<b>41,99</b>	<b>49,75</b>	<b>60,58</b>	<b>307,67</b>	<b>368,01</b>	<b>416,71</b>	<b>1435,62</b>	<b>1700,84</b>	<b>2034,53</b>	
<b>Итого за период</b>		<b>12622</b>	<b>15583</b>	<b>17488</b>	<b>558,32</b>	<b>679,56</b>	<b>774,92</b>	<b>509,74</b>	<b>593,36</b>	<b>729,9</b>	<b>2277,55</b>	<b>2745,19</b>	<b>3136,33</b>	<b>14176,39</b>	<b>17380,19</b>	<b>20380,51</b>	

<b>Среднее значение за период</b>	<b>1262</b>	<b>1558</b>	<b>1749</b>	<b>55,83</b>	<b>67,96</b>	<b>77,49</b>	<b>50,97</b>	<b>59,34</b>	<b>7,3</b>	<b>227,76</b>	<b>274,52</b>	<b>313,63</b>	<b>1417,64</b>	<b>1738,02</b>	<b>2038,05</b>	
-----------------------------------	-------------	-------------	-------------	--------------	--------------	--------------	--------------	--------------	------------	---------------	---------------	---------------	----------------	----------------	----------------	--