

УТВЕРЖДАЮ

Атаманова Л.Н.

(подпись)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Ясли

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>День 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Суп молочный с крупой</u></b>	<b>150</b>	<b>5,16</b>	<b>5,61</b>	<b>21,54</b>	<b>158,19</b>	<b>94.1</b>
	Крупа манная	16,66/16,66	1,72	0,17	11,77	55,49	
	Сахар	4,1/4,1	0	0	4,09	16,34	
	Масло сливочное	4,1/4,1	0,05	2,52	0,07	23,18	
	Вода	47,4/47,4	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	117/117	3,39	2,92	5,62	63,18	
	<b><u>Масло (порциями)</u></b>	<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>3,62</b>	<b>0,06</b>	<b>33</b>	<b>6</b>
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3	
	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150/7/3</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>8,51</b>	<b>35,52</b>	<b>393</b>
	Вода	114,21/114,21	0	0	0	0	
	Лимон	6,09/5,32	0,05	0,01	0,16	1,81	
	Сахар	8,34/8,34	0	0	8,32	33,28	
	Вода	24,67/24,67	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,23/0,23	0,05	0	0,01	0,44	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>14,73</b>	<b>71,4</b>	<b>701</b>

	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>335</b>	<b>7,69</b>	<b>9,53</b>	<b>44,84</b>	<b>298,11</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Соки овощные, фруктовые и ягодные</u></b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>	<b>399.4</b>
	Сок яблочный	150/150	0,75	0,15	15,15	69	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп картофельный с бобовыми</u></b>	<b>180</b>	<b>4,32</b>	<b>2,68</b>	<b>16,92</b>	<b>109,42</b>	<b>81</b>
	Картофель	55,49/50,51	1,01	0,2	8,23	38,89	
	Лук	8,64/7,2	0,1	0,01	0,59	2,95	
	Морковь	12,2/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Соль пищевая йодированная	2,7/2,7	0	0	0	0	
	Горох шлифованный	15,1/15,1	3,1	0,3	7,48	45	
	Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
	Вода	126/126	0	0	0	0	
	<b><u>Гуляш</u></b>	<b>50</b>	<b>6,76</b>	<b>15,31</b>	<b>1,86</b>	<b>190,82</b>	<b>260</b>
	Свинина, лопаточная часть	43,5/43,5	6,39	12,79	0	158,99	
	Томат-паста	4/4	0,19	0	0,76	3,96	
	Лук	6/5	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Мука пшеничная	1/1	0,1	0,01	0,69	3,34	
	Масло растительное	2,5/2,5	0	2,5	0	22,48	
	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
	<b><u>Кисель из концентрата плодового или ягодного</u></b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>5,34</b>	<b>21,51</b>	<b>516</b>
	Кисель из концентрата	18/18	0	0	2,34	9,54	
	Сахар	3/3	0	0	2,99	11,97	
	Вода	142,5/142,5	0	0	0	0	
	<b><u>Салат из белокочанной капусты</u></b>	<b>40</b>	<b>0,62</b>	<b>2,04</b>	<b>5,14</b>	<b>41,75</b>	<b>20</b>
	Капуста белокочанная	39,44/31,56	0,57	0,03	1,48	8,84	
	Лук	5/4	0,06	0,01	0,33	1,64	
	Сахар	1,2/3,33	0	0	3,33	13,29	
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
	Вода	3,88/3,88	0	0	0	0	

	<b>или ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ</b>	<b>40</b>	<b>1,12</b>	<b>0,00</b>	<b>0,52</b>	<b>6,44</b>	<b>б/н</b>
	Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	50/50	1,40	0,00	0,65	8,05	
	<b><u>Макаронные изделия отварные с маслом</u></b>	<b>110</b>	<b>7,11</b>	<b>3,88</b>	<b>43,5</b>	<b>237,07</b>	<b>205</b>
	Макаронные изделия	62,4/62,4	7,05	1,31	43,43	213,42	
	Масло сливочное	4,18/4,18	0,05	2,57	0,07	23,66	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>22,36</b>	<b>24,41</b>	<b>93,41</b>	<b>702,82</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Вареники ленивые (отварные)</u></b>	<b>120</b>	<b>21,01</b>	<b>15,08</b>	<b>30,73</b>	<b>427,31</b>	<b>230</b>
	Мука пшеничная	30/30	3,09	0,32	20,7	100,2	
	Соль пищевая йодированная	0,3/0,3	0	0	0	0	
	Сахар	6,5/6,5	0	0	6,49	25,95	
	Масло сливочное	4,99/4,99	0,06	3,07	0,08	28,25	
	Творог 9%	121,61/121,61	17,03	10,94	3,41	262,67	
	Яйцо	6,52/6,52	0,83	0,75	0,05	10,23	
	<b><u>Кофейный напиток на молоке</u></b>	<b>150</b>	<b>3,46</b>	<b>3,03</b>	<b>14,61</b>	<b>100,38</b>	<b>130</b>
	Сахар	9/9	0	0	8,98	35,91	
	Кофейный напиток	1,5/1,5	0,21	0,22	0,22	3,72	
	Вода	52,5/52,5	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	112,5/112,5	3,26	2,81	5,4	60,75	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>270</b>	<b>24,47</b>	<b>18,11</b>	<b>45,34</b>	<b>527,69</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1335</b>	<b>55,27</b>	<b>52,2</b>	<b>198,74</b>	<b>1597,62</b>	
<b>День 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Суп молочный с крупой</u></b>	<b>150</b>	<b>5,49</b>	<b>6,42</b>	<b>20,47</b>	<b>162,46</b>	<b>94.2</b>
	Овсяные хлопья "Геркулес"	16,66/16,66	2,05	1,03	10,3	58,66	
	Сахар	4,5/4,5	0	0	4,49	17,95	
	Масло сливочное	4,01/4,01	0,05	2,46	0,07	22,67	
	Вода	37,5/37,5	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	117/117	3,39	2,92	5,62	63,18	

	<b><u>Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом</u></b>	<b>150/7</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>7,89</b>	<b>31,94</b>	<b>392</b>
	Вода	118,42/118,42	0	0	0	0	
	Сахар	7,89/7,89	0	0	7,87	31,48	
	Вода	25,58/25,58	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,24/0,24	0,05	0	0,01	0,45	
	<b><u>Бутерброды с сыром</u></b>	<b>45</b>	<b>4,68</b>	<b>4,83</b>	<b>14,96</b>	<b>122,32</b>	<b>3</b>
	Сыр "Адыгейский"	12/11,25	2,23	2,23	0,17	29,7	
	Масло сливочное	3,75/3,75	0,05	2,31	0,06	21,22	
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>345</b>	<b>10,21</b>	<b>11,25</b>	<b>43,32</b>	<b>316,72</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Фрукты и ягоды свежие</u></b>	<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,17</b>	<b>53,58</b>	<b>368</b>
	Яблоки	114/114	0,46	0,46	11,17	53,58	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,17</b>	<b>53,58</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Борщ с капустой и картофелем</u></b>	<b>180</b>	<b>2,34</b>	<b>3,26</b>	<b>12,2</b>	<b>88,31</b>	<b>57</b>
	Капуста белокочанная	45,07/36	0,65	0,04	1,69	10,08	
	Картофель	45,07/36	0,72	0,14	5,87	27,72	
	Свекла	38,39/28,8	0,43	0,03	2,53	12,1	
	Сметана 15,0% жирности	5,76/5,76	0,15	0,86	0,21	9,33	
	Томат-паста	3,6/3,6	0,17	0	0,68	3,56	
	Лук	8,64/7,2	0,1	0,01	0,59	2,95	
	Морковь	12,01/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Соль пищевая йодированная	2,16/2,16	0	0	0	0	
	Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
	Вода	144/144	0	0	0	0	
	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>	<b>0,39</b>	<b>0,08</b>	<b>17,16</b>	<b>70,23</b>	<b>376</b>
	Сахар	10,83/10,83	0	0	10,81	43,21	
	Кислота лимонная пищевая	0,15/0,15	0	0	0	0	
	Сухофрукты (ассорти)	10,01/10,01	0,39	0,08	6,35	27,01	
	Вода	152,25/152,25	0	0	0	0	
	<b><u>Салат из свеклы</u></b>	<b>40</b>	<b>0,79</b>	<b>2,45</b>	<b>4,62</b>	<b>43,65</b>	<b>33</b>

	Свекла	64,4/52,56	0,79	0,05	4,63	22,08	
	Масло растительное	2,4/2,4	0	2,4	0	21,58	
	<b>или ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b>	<b>40</b>	<b>0,16</b>	<b>0,02</b>	<b>0,50</b>	<b>2,80</b>	<b>б/н</b>
	Огурец, грунтовый	20/20	0,16	0,02	0,50	2,80	
	<b>Рис отварной с овощами</b>	<b>130</b>	<b>6,03</b>	<b>4,65</b>	<b>48,76</b>	<b>261,62</b>	<b>60</b>
	Рис	75/75	5,62	1,95	46,72	227,24	
	Лук	15,34/13	0,18	0,03	1,07	5,33	
	Морковь	16,25/13	0,17	0,01	0,9	4,55	
	Масло сливочное	4,33/4,33	0,06	2,66	0,07	24,5	
	Вода	80,6/80,6	0	0	0	0	
	<b>Рыба, тушенная в томате с овощами</b>	<b>50</b>	<b>9,35</b>	<b>3,03</b>	<b>2,22</b>	<b>73,92</b>	<b>90</b>
	Минтай	78,57/57,28	9,11	0,52	0	41,25	
	Томат-паста	1/1	0,05	0	0,19	0,99	
	Лук	5/4,2	0,06	0,01	0,34	1,72	
	Морковь	12,5/10	0,13	0,01	0,69	3,5	
	Сахар	1/1	0	0	1	3,99	
	Масло растительное	2,5/2,5	0	2,5	0	22,48	
	Вода	9,5/9,5	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>600</b>	<b>22,45</b>	<b>13,97</b>	<b>105,61</b>	<b>639,98</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>Омлет натуральный</b>	<b>100</b>	<b>11,08</b>	<b>12,83</b>	<b>1,94</b>	<b>167,74</b>	<b>215</b>
	Масло сливочное	4,7/4,7	0,06	2,89	0,08	26,6	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	27,06/27,06	0,78	0,68	1,3	14,61	
	Яйцо	80,59/80,59	10,23	9,27	0,56	126,53	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,8</b>	<b>700,1</b>
	Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,8	
	<b>Молоко кипяченое</b>	<b>180</b>	<b>5,36</b>	<b>4,63</b>	<b>8,87</b>	<b>99,9</b>	<b>400</b>
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	200/185	5,37	4,63	8,88	99,9		
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>17,76</b>	<b>17,7</b>	<b>17,49</b>	<b>302,44</b>	
<b>ИТОГО ЗА</b>		<b>1345</b>	<b>50,88</b>	<b>43,38</b>	<b>177,59</b>	<b>1312,72</b>	

<b>ДЕНЬ:</b>							
День 3							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")</u></b>	<b>150</b>	<b>4,88</b>	<b>6,14</b>	<b>19,84</b>	<b>154,98</b>	<b>66</b>
	Рис	7,5/7,5	0,56	0,2	4,67	22,72	
	Пшено	7,5/7,5	0,86	0,25	4,99	25,65	
	Соль пищевая йодированная	0,38/0,38	0	0	0	0	
	Сахар	4,5/4,5	0	0	4,49	17,95	
	Масло сливочное	4,5/4,5	0,06	2,77	0,08	25,47	
	Вода	18/18	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	117/117	3,39	2,92	5,62	63,18	
	<b><u>Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом</u></b>	<b>150/7</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>7,89</b>	<b>31,94</b>	<b>392</b>
	Вода	118,42/118,42	0	0	0	0	
	Сахар	7,89/7,89	0	0	7,87	31,48	
	Вода	25,58/25,58	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,24/0,24	0,05	0	0,01	0,45	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>14,73</b>	<b>71,4</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
	<b><u>Масло (порциями)</u></b>	<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>3,62</b>	<b>0,06</b>	<b>33</b>	<b>6</b>
Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>335</b>	<b>7,36</b>	<b>10,06</b>	<b>42,52</b>	<b>291,32</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Напиток апельсиновый или лимонный</u></b>	<b>150</b>	<b>0,11</b>	<b>0,01</b>	<b>18,33</b>	<b>75,9</b>	<b>545</b>
	Лимон	12/12	0,11	0,01	0,36	4,08	
	Сахар	18/18	0	0	17,96	71,82	
	Вода	157,5/157,5	0	0	0	0	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0,11</b>	<b>0,01</b>	<b>18,33</b>	<b>75,9</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Свекольник со сметаной</u></b>	<b>180</b>	<b>3,29</b>	<b>3,46</b>	<b>11,54</b>	<b>90,67</b>	<b>5/2</b>
	Картофель	48,49/34,99	0,7	0,14	5,7	26,94	
	Свекла	80,1/50,09	0,75	0,05	4,41	21,04	
	Сметана 15,0% жирности	7,2/7,2	0,19	1,08	0,26	11,66	

Лук	9,63/8,1	0,11	0,02	0,66	3,32	
Морковь	9/7,2	0,09	0,01	0,5	2,52	
Соль пищевая йодированная	0,9/0,9	0	0	0	0	
Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
Бульон мясной	144/144	1,44	0	0	5,76	
<b><u>Салат из соленых огурцов с луком</u></b>	<b>40</b>	<b>0,34</b>	<b>2,04</b>	<b>1,04</b>	<b>23,92</b>	<b>19</b>
Лук	7,52/6,32	0,09	0,01	0,52	2,59	
Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	44,48/35,6	1	0	0,46	5,73	
Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
<b><u>или Салат из свежих помидоров с луком</u></b>	<b>40</b>	<b>0,45</b>	<b>2,47</b>	<b>1,89</b>	<b>32,46</b>	<b>14</b>
Помидоры (томаты), грунтовые	33,88/28,8	0,32	0,06	1,09	6,91	
Лук	11,52/9,68	0,14	0,02	0,79	3,97	
Масло растительное	2,4/2,4	0,00	2,40	0,00	21,58	
<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>	<b>0,39</b>	<b>0,08</b>	<b>17,16</b>	<b>70,23</b>	<b>376</b>
Сахар	10,83/10,83	0	0	10,81	43,21	
Кислота лимонная пищевая	0,15/0,15	0	0	0	0	
Сухофрукты (ассорти)	10,01/10,01	0,39	0,08	6,35	27,01	
Вода	152,25/152,25	0	0	0	0	
<b><u>Пюре картофельное</u></b>	<b>130</b>	<b>3,65</b>	<b>3,91</b>	<b>25,51</b>	<b>152,33</b>	<b>321</b>
Картофель	213,01/149,99	3	0,6	24,45	115,5	
Масло сливочное	4,55/4,55	0,06	2,8	0,08	25,75	
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20,54/20,54	0,6	0,51	0,99	11,09	
<b><u>Котлеты рубленые из птицы или кролика</u></b>	<b>50</b>	<b>15,85</b>	<b>2,97</b>	<b>6,76</b>	<b>117,27</b>	<b>305</b>
Куриная грудка (филе)	64,25/62,5	14,75	1,19	0,25	70,62	
Сухари панировочные	5/5	0	0	0	0	
Масло сливочное	2,68/2,68	0,03	1,65	0,05	15,17	
Вода	13,12/13,12	0	0	0	0	
батон ,	13,4/13,4	1,06	0,13	6,47	31,48	

	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>600</b>	<b>27,07</b>	<b>12,96</b>	<b>82,66</b>	<b>556,67</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>Манн<span>ый</span> пудинг</b>	<b>100</b>	<b>5,81</b>	<b>4,97</b>	<b>34,68</b>	<b>207,2</b>	<b>221</b>
	Крупа манная	33,33/33,33	3,43	0,33	23,53	110,99	
	Изюм	4,56/4,56	0,13	0,03	3,01	12,04	
	Сахар	6,52/6,52	0	0	6,51	26,01	
	Соль	0,47/0,47	0	0	0	0	
	Повидло	20/20	0	0	0	0	
	Масло сливочное	4,35/4,35	0,06	2,68	0,07	24,62	
	Сода	0,67/0,67	0	0	0	0	
	Яйцо куриное	8,7/8,7	1,1	1	0,06	13,66	
	Кефир 2,5% жирности	37,5/37,5	1,09	0,94	1,5	19,88	
	<b>Какао с молоком</b>	<b>150</b>	<b>3,45</b>	<b>2,88</b>	<b>13,54</b>	<b>94,88</b>	<b>397</b>
	Какао-порошок	1,67/1,67	0,4	0,25	0,17	4,81	
	Сахар	8,34/8,34	0	0	8,32	33,28	
	Вода	66,66/66,66	0	0	0	0	
Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	105,15/105,15	3,05	2,63	5,05	56,78		
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>9,26</b>	<b>7,85</b>	<b>48,22</b>	<b>302,08</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1335</b>	<b>43,8</b>	<b>30,88</b>	<b>191,73</b>	<b>1225,97</b>	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Ясли"	Ед.изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	батон ,	батон	0,033	0,033
2	Бульон мясной	л	0,144	0,144
3	Вода	л	1,631	1,631
4	Горох шлифованный	кг	0,015	0,015
5	Изюм	кг	0,005	0,005
6	Какао-порошок	кг	0,002	0,002



7	Капуста белокочанная	кг	0,085	0,068
8	Картофель	кг	0,362	0,271
9	Кефир 2,5% жирности	л	0,038	0,038
10	Кисель из концентрата	кг	0,018	0,018
11	Кислота лимонная пищевая	кг	0	0
12	Кофейный напиток	кг	0,002	0,002
13	Крупа манная	кг	0,05	0,05
14	Куриная грудка (филе)	кг	0,064	0,062
15	Лимон	кг	0,018	0,017
16	Лук	кг	0,066	0,055
17	Макаронные изделия	кг	0,062	0,062
18	Масло растительное	л	0,018	0,018
19	Масло сливочное	кг	0,056	0,056
20	Минтай	кг	0,079	0,057
21	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,816	0,801
22	Морковь	кг	0,062	0,048
23	Мука пшеничная	кг	0,031	0,031
24	Овсяные хлопья "Геркулес"	кг	0,017	0,017
25	Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	кг	0,044	0,036
26	Повидло	кг	0,02	0,02
27	Пшено	кг	0,007	0,007
28	Рис	кг	0,082	0,082
29	Сахар	кг	0,112	0,115
30	Свекла	кг	0,183	0,131
31	Свинина, лопаточная часть	кг	0,043	0,043
32	Сметана 15,0% жирности	кг	0,013	0,013
33	Сода	г	0,67	0,67
34	Сок яблочный	л	0,15	0,15
35	Соль	кг	0	0
36	Соль пищевая йодированная	кг	0,006	0,006
37	Сухари панировочные	кг	0,005	0,005
38	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,02	0,02
39	Сыр "Адыгейский"	кг	0,012	0,011
40	Творог 9%	кг	0,122	0,122

41	Томат-паста	кг	0,009	0,009
42	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	батон	0,225	0,225
43	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	хлеб пшеничный формовый из муки 1 сорта	0,15	0,15
44	Хлеб ржаной	хлеб ржаной	0,146	0,146
45	Чай высшего сорта	кг	0,001	0,001
46	Яблоки	кг	0,114	0,114
47	Яйцо	шт (яйцо)	1,742	1,742
48	Яйцо куриное	шт (яйца)	0,212	0,212

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>День 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Суп молочный с макаронными изделиями</u></b>	<b>150</b>	<b>7,11</b>	<b>7,04</b>	<b>29,47</b>	<b>210,6</b>	<b>93</b>
	Сахар	4,99/4,99	0	0	4,99	19,93	
	Макаронные изделия	25,01/25,01	2,83	0,53	17,4	85,52	
	Масло сливочное	4,66/4,66	0,06	2,87	0,08	26,4	
	Вода	37,5/37,5	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	145,83/145,83	4,23	3,65	7	78,75	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>14,73</b>	<b>71,4</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150/7/3</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>8,51</b>	<b>35,52</b>	<b>393</b>
	Вода	114,21/114,21	0	0	0	0	
	Лимон	6,09/5,32	0,05	0,01	0,16	1,81	
	Сахар	8,34/8,34	0	0	8,32	33,28	
	Вода	24,67/24,67	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,23/0,23	0,05	0	0,01	0,44	

	<b>Масло (порциями)</b>	<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>3,62</b>	<b>0,06</b>	<b>33</b>	<b>6</b>
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>335</b>	<b>9,64</b>	<b>10,96</b>	<b>52,77</b>	<b>350,52</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b>Плоды и ягоды свежие</b>	<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,17</b>	<b>53,58</b>	<b>368</b>
	Яблоки	114/114	0,46	0,46	11,17	53,58	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,17</b>	<b>53,58</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Суп с рыбными консервами</b>	<b>180</b>	<b>7,31</b>	<b>2,74</b>	<b>13,46</b>	<b>107,96</b>	<b>87</b>
	Картофель	62,3/37,8	0,76	0,15	6,16	29,11	
	Пшено	9/9	1,03	0,3	5,98	30,78	
	Лук	6,84/5,76	0,08	0,01	0,47	2,36	
	Морковь	14,4/11,52	0,15	0,01	0,79	4,03	
	Соль пищевая йодированная	0,63/0,63	0	0	0	0	
	Масло сливочное	2,7/2,7	0,04	1,66	0,05	15,28	
	Рыбные консервы	30,01/30,01	5,25	0,6	0	26,41	
	Вода	144/144	0	0	0	0	
	<b>Каша рассыпчатая</b>	<b>110</b>	<b>4,84</b>	<b>3,49</b>	<b>21,79</b>	<b>137,78</b>	<b>165</b>
	Гречневая крупа ядрица	38,06/38,06	4,8	1,26	21,73	117,22	
	Соль пищевая йодированная	0,26/0,26	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3,63/3,63	0,05	2,23	0,06	20,55	
	Вода	76,2/76,2	0	0	0	0	
	<b>Птица отварная</b>	<b>50</b>	<b>13,02</b>	<b>13,15</b>	<b>0,1</b>	<b>170,51</b>	<b>409</b>
	Курица, 1 категории	80/71,43	13	13,14	0	170	
	Морковь	2,29/1,43	0,02	0	0,1	0,5	
	<b>Салат витаминный</b>	<b>40</b>	<b>0,66</b>	<b>2,07</b>	<b>4,85</b>	<b>41,34</b>	<b>15</b>
	Капуста белокочанная	34/27,32	0,49	0,03	1,28	7,65	
	Яблоки	10/9	0,04	0,04	0,88	4,23	
	Морковь	12,68/10	0,13	0,01	0,69	3,5	
	Сахар	2/2	0	0	2	7,98	
	Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
<b>или Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом</b>	<b>40</b>	<b>0,53</b>	<b>4,03</b>	<b>3,00</b>	<b>50,52</b>	<b>21/1</b>	
Свекла	32,93/24,67	0,37	0,02	2,17	10,36		

	Морковь	16/12	0,16	0,01	0,83	4,20	
	Масло растительное	4/4	0,00	4,00	0,00	35,96	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	<b>150</b>	<b>0,39</b>	<b>0,08</b>	<b>17,16</b>	<b>70,23</b>	<b>376</b>
	Сахар	10,83/10,83	0	0	10,81	43,21	
	Кислота лимонная пищевая	0,15/0,15	0	0	0	0	
	Сухофрукты (ассорти)	10,01/10,01	0,39	0,08	6,35	27,01	
	Вода	152,25/152,25	0	0	0	0	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>29,77</b>	<b>22,03</b>	<b>78,01</b>	<b>630,07</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>Ватрушка с творогом</b>	<b>80</b>	<b>17,13</b>	<b>15,05</b>	<b>83,27</b>	<b>565,13</b>	<b>5/12</b>
	Дрожжи хлебопекарные	2,46/2,46	0,31	0,07	0	1,85	
	Мука пшеничная	100/100	10,3	1,08	69	334	
	Сахар	12,3/12,3	0	0	12,28	49,09	
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3	
	Творог 9%	30,77/30,77	4,31	2,77	0,86	66,46	
	Масло растительное	6,15/6,15	0	6,15	0	55,31	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20/20	0,58	0,5	0,96	10,8	
	Яйцо	12,3/12,3	1,56	1,41	0,09	19,32	
	<b>Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран</b>	<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6</b>	<b>79,5</b>	<b>401</b>
	Кефир 2,5% жирности	166,67/150	4,35	3,75	6	79,5	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>21,48</b>	<b>18,8</b>	<b>89,27</b>	<b>644,63</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1245</b>	<b>61,35</b>	<b>52,25</b>	<b>231,22</b>	<b>1678,8</b>	
<b>День 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b>Суп молочный с крупой</b>	<b>150</b>	<b>4,83</b>	<b>6,09</b>	<b>18,16</b>	<b>147,65</b>	<b>94.5</b>
	Пшено	12/12	1,38	0,4	7,98	41,04	
	Сахар	4,5/4,5	0	0	4,49	17,95	

	Масло сливочное	4,5/4,5	0,06	2,77	0,08	25,47	
	Вода	37,5/37,5	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	117/117	3,39	2,92	5,62	63,18	
	<b>Бутерброды с сыром</b>	<b>45</b>	<b>4,68</b>	<b>4,83</b>	<b>14,96</b>	<b>122,32</b>	<b>3</b>
	Сыр "Адыгейский"	12/11,25	2,23	2,23	0,17	29,7	
	Масло сливочное	3,75/3,75	0,05	2,31	0,06	21,22	
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
	<b>Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом</b>	<b>150/7</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>7,89</b>	<b>31,94</b>	<b>392</b>
	Вода	118,42/118,42	0	0	0	0	
	Сахар	7,89/7,89	0	0	7,87	31,48	
	Вода	25,58/25,58	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,24/0,24	0,05	0	0,01	0,45	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>345</b>	<b>9,55</b>	<b>10,92</b>	<b>41,01</b>	<b>301,91</b>
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b>Соки овощные, фруктовые и ягодные</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>	<b>399.4</b>
	Сок яблочный	150/150	0,75	0,15	15,15	69	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>			<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>
<b>ОБЕД</b>	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	<b>180</b>	<b>2,86</b>	<b>3,56</b>	<b>14,58</b>	<b>103,07</b>	<b>67</b>
	Лавровый лист	0,01/0,01	0	0	0	0,02	
	Капуста белокочанная	68,4/64,8	1,17	0,06	3,05	18,14	
	Картофель	72/59,4	1,19	0,24	9,68	45,74	
	Сметана 15,0% жирности	7,2/7,2	0,19	1,08	0,26	11,66	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Лук	8,64/7,2	0,1	0,01	0,59	2,95	
	Морковь	12,1/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Соль пищевая йодированная	2,7/2,7	0	0	0	0	
	Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
	Вода	144/144	0	0	0	0	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
<b>Компот из сушеных фруктов</b>	<b>150</b>	<b>0,39</b>	<b>0,08</b>	<b>17,16</b>	<b>70,23</b>	<b>376</b>	

	Сахар	10,83/10,83	0	0	10,81	43,21	
	Кислота лимонная пищевая	0,15/0,15	0	0	0	0	
	Сухофрукты (ассорти)	10,01/10,01	0,39	0,08	6,35	27,01	
	Вода	152,25/152,25	0	0	0	0	
	<b>Плов</b>	<b>150</b>	<b>13,14</b>	<b>23,28</b>	<b>38,18</b>	<b>439,35</b>	<b>265</b>
	Свинина, лопаточная часть	57/57	8,38	16,76	0	208,34	
	Томат-паста	4,05/4,05	0,19	0	0,77	4,01	
	Рис	58,5/58,5	4,39	1,52	36,45	177,26	
	Лук	6/4,99	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Морковь	10,01/7,99	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Масло растительное	4,99/4,99	0	4,99	0	44,91	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b>	<b>40</b>	<b>0,16</b>	<b>0,02</b>	<b>0,50</b>	<b>2,80</b>	<b>б/н</b>
	Огурец, грунтовый	20/20	0,16	0,02	0,50	2,80	
	<b>или Салат из свеклы</b>	<b>40</b>	<b>0,79</b>	<b>2,45</b>	<b>4,62</b>	<b>43,65</b>	<b>33</b>
	Свекла	64,4/52,56	0,79	0,05	4,63	22,08	
	Масло растительное	2,4/2,4	0	2,4	0	21,58	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>570</b>	<b>20,73</b>	<b>29,87</b>	<b>95,19</b>	<b>758,55</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>Яйца вареные</b>	<b>60</b>	<b>7,62</b>	<b>6,9</b>	<b>0,42</b>	<b>94,2</b>	<b>213</b>
	Яйцо	60/60	7,62	6,9	0,42	94,2	
	<b>Икра кабачковая</b>	<b>40</b>	<b>0,76</b>	<b>3,56</b>	<b>3,08</b>	<b>47,6</b>	<b>5</b>
	Икра кабачковая	42,16/40	0	0	0	0	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,8</b>	<b>700,1</b>
	Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,8	
	<b>Чай с лимоном</b>	<b>150/7/3</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>8,51</b>	<b>35,52</b>	<b>393</b>
	Вода	114,21/114,21	0	0	0	0	
	Лимон	6,09/5,32	0,05	0,01	0,16	1,81	
	Сахар	8,34/8,34	0	0	8,32	33,28	
	Вода	24,67/24,67	0	0	0	0	
Чай высшего сорта	0,23/0,23	0,05	0	0,01	0,44		
	<b>ИТОГО ЗА</b>	<b>270</b>	<b>9,79</b>	<b>10,7</b>	<b>18,69</b>	<b>212,12</b>	

ПОЛДНИК							
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1335</b>	<b>40,82</b>	<b>51,64</b>	<b>170,04</b>	<b>1341,58</b>	
День 6							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Суп молочный с крупой</u></b>	<b>150</b>	<b>5,49</b>	<b>6,42</b>	<b>20,47</b>	<b>162,46</b>	<b>94.2</b>
	Овсяные хлопья "Геркулес"	16,66/16,66	2,05	1,03	10,3	58,66	
	Сахар	4,5/4,5	0	0	4,49	17,95	
	Масло сливочное	4,01/4,01	0,05	2,46	0,07	22,67	
	Вода	37,5/37,5	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	117/117	3,39	2,92	5,62	63,18	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>14,73</b>	<b>71,4</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150/7/3</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>8,51</b>	<b>35,52</b>	<b>393</b>
	Вода	114,21/114,21	0	0	0	0	
	Лимон	6,09/5,32	0,05	0,01	0,16	1,81	
	Сахар	8,34/8,34	0	0	8,32	33,28	
	Вода	24,67/24,67	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,23/0,23	0,05	0	0,01	0,44	
	<b><u>Масло (порциями)</u></b>	<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>3,62</b>	<b>0,06</b>	<b>33</b>	<b>6</b>
Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>335</b>	<b>8,02</b>	<b>10,34</b>	<b>43,77</b>	<b>302,38</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Соки овощные, фруктовые и ягодные</u></b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>	<b>399.4</b>
	Сок яблочный	150/150	0,75	0,15	15,15	69	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Борщ с капустой и картофелем</u></b>	<b>180</b>	<b>2,34</b>	<b>3,26</b>	<b>12,2</b>	<b>88,31</b>	<b>57</b>
	Капуста белокочанная	45,07/36	0,65	0,04	1,69	10,08	
	Картофель	45,07/36	0,72	0,14	5,87	27,72	
	Свекла	38,39/28,8	0,43	0,03	2,53	12,1	
	Сметана 15,0% жирности	5,76/5,76	0,15	0,86	0,21	9,33	
	Томат-паста	3,6/3,6	0,17	0	0,68	3,56	
	Лук	8,64/7,2	0,1	0,01	0,59	2,95	

Морковь	12,01/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
Соль пищевая йодированная	2,16/2,16	0	0	0	0	
Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
Вода	144/144	0	0	0	0	
<b><u>Каша рассыпчатая</u></b>	<b>110</b>	<b>4,84</b>	<b>3,49</b>	<b>21,79</b>	<b>137,78</b>	<b>165</b>
Гречневая крупа ядрица	38,06/38,06	4,8	1,26	21,73	117,22	
Соль пищевая йодированная	0,26/0,26	0	0	0	0	
Масло сливочное	3,63/3,63	0,05	2,23	0,06	20,55	
Вода	76,2/76,2	0	0	0	0	
<b><u>Мясо тушеное</u></b>	<b>50</b>	<b>8,1</b>	<b>18,06</b>	<b>1,65</b>	<b>223,99</b>	<b>256</b>
Свинина, лопаточная часть	62,15/52,85	7,77	15,54	0	193,19	
Томат-паста	3,5/3,5	0,17	0	0,66	3,46	
Лук	2,5/2	0,03	0	0,16	0,82	
Морковь	2,5/2	0,03	0	0,14	0,7	
Мука пшеничная	1/1	0,1	0,01	0,69	3,34	
Масло растительное	2,5/2,5	0	2,5	0	22,48	
<b><u>Салат из соленых огурцов с луком</u></b>	<b>40</b>	<b>0,34</b>	<b>2,04</b>	<b>1,04</b>	<b>23,92</b>	<b>19</b>
Лук	7,52/6,32	0,09	0,01	0,52	2,59	
Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	44,48/35,6	1	0	0,46	5,73	
Масло растительное	2/2	0	2	0	17,98	
<b><u>или Салат из свежих помидоров и огурцов</u></b>	<b>40</b>	<b>0,39</b>	<b>2,46</b>	<b>1,47</b>	<b>30,11</b>	<b>15</b>
Огурец, грунтовый	17,52/14	0,11	0,01	0,35	1,96	
Помидоры (томаты), грунтовые	22,6/19,2	0,21	0,04	0,73	4,61	
Лук	6/4,8	0,07	0,01	0,39	1,97	
Масло растительное	2,4/2,4	0,00	2,40	0,00	21,58	
<b><u>Кисель из концентрата плодового или ягодного</u></b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>5,34</b>	<b>21,51</b>	<b>516</b>
Кисель из концентрата	18/18	0	0	2,34	9,54	
Сахар	3/3	0	0	2,99	11,97	
Вода	142,5/142,5	0	0	0	0	
<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	



	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>19,17</b>	<b>27,35</b>	<b>62,67</b>	<b>597,76</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>Запеканка из творога</b>	<b>100</b>	<b>16,28</b>	<b>11</b>	<b>11,42</b>	<b>209,44</b>	<b>237</b>
	Крупа манная	4,62/4,62	0,48	0,05	3,26	15,38	
	Творог	91,6/91,6	15,3	8,24	1,83	142,25	
	Сметана 15,0% жирности	3,08/3,08	0,08	0,46	0,11	4,99	
	Сахар	6,15/6,15	0	0	6,14	24,54	
	Сухари панировочные	3,08/3,08	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3,08/3,08	0,04	1,89	0,05	17,43	
	Яйцо	3,08/3,08	0,39	0,35	0,02	4,84	
	<b>Кофейный напиток на молоке</b>	<b>150</b>	<b>3,46</b>	<b>3,03</b>	<b>14,61</b>	<b>100,38</b>	<b>130</b>
	Сахар	9/9	0	0	8,98	35,91	
	Кофейный напиток	1,5/1,5	0,21	0,22	0,22	3,72	
	Вода	52,5/52,5	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	112,5/112,5	3,26	2,81	5,4	60,75	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>19,74</b>	<b>14,03</b>	<b>26,03</b>	<b>309,82</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1315</b>	<b>47,68</b>	<b>51,87</b>	<b>147,62</b>	<b>1278,96</b>	

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Ясли"	Ед.изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	Вода	л	1,757	1,757
2	Гречневая крупа ядрица	кг	0,076	0,076
3	Дрожжи хлебопекарные	кг	0,002	0,002
4	Икра кабачковая	банка	0,083	0,078
5	Капуста белокочанная	кг	0,147	0,128
6	Картофель	кг	0,179	0,133
7	Кефир 2,5% жирности	л	0,167	0,15
8	Кисель из концентрата	кг	0,018	0,018

9	Кислота лимонная пищевая	кг	0	0
10	Кофейный напиток	кг	0,002	0,002
11	Крупа манная	кг	0,005	0,005
12	Курица, 1 категории	кг	0,08	0,071
13	Лавровый лист	кг	0	0
14	Лимон	кг	0,018	0,016
15	Лук	кг	0,04	0,033
16	Макаронные изделия	кг	0,025	0,025
17	Масло растительное	л	0,024	0,024
18	Масло сливочное	кг	0,045	0,045
19	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,512	0,512
20	Морковь	кг	0,066	0,051
21	Мука пшеничная	кг	0,101	0,101
22	Овсяные хлопья "Геркулес"	кг	0,017	0,017
23	Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	кг	0,044	0,036
24	Пшено	кг	0,021	0,021
25	Рис	кг	0,058	0,058
26	Рыбные консервы	кг	0,03	0,03
27	Сахар	кг	0,101	0,101
28	Свекла	кг	0,103	0,081
29	Свинина, лопаточная часть	кг	0,119	0,11
30	Сметана 15,0% жирности	кг	0,016	0,016
31	Сок яблочный	л	0,3	0,3
32	Соль пищевая йодированная	кг	0,006	0,006
33	Сухари панировочные	кг	0,003	0,003
34	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,02	0,02
35	Сыр "Адыгейский"	кг	0,012	0,011
36	Творог	кг	0,092	0,092
37	Творог 9%	кг	0,031	0,031
38	Томат-паста	кг	0,013	0,013
39	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	батон	0,225	0,225

40	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	хлеб пшеничный формовый из муки 1 сорта	0,15	0,15
41	Хлеб ржаной	хлеб ржаной	0,146	0,146
42	Чай высшего сорта	кг	0,001	0,001
43	Яблоки	кг	0,124	0,123
44	Яйцо	шт (яйцо)	1,508	1,508

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
День 7							
ЗАВТРАК	<b><u>Суп молочный с крупой</u></b>	<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>6</b>	<b>17,66</b>	<b>142,96</b>	<b>94,3</b>
	Рис	12/12	0,9	0,31	7,48	36,36	
	Сахар	4,5/4,5	0	0	4,49	17,95	
	Масло сливочное	4,5/4,5	0,06	2,77	0,08	25,47	
	Вода	45/45	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	117/117	3,39	2,92	5,62	63,18	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>14,73</b>	<b>71,4</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
	<b><u>Масло (порциями)</u></b>	<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>3,62</b>	<b>0,06</b>	<b>33</b>	<b>6</b>
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3	
	<b><u>Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом</u></b>	<b>150/7</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>7,89</b>	<b>31,94</b>	<b>392</b>
	Вода	118,42/118,42	0	0	0	0	
	Сахар	7,89/7,89	0	0	7,87	31,48	
	Вода	25,58/25,58	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,24/0,24	0,05	0	0,01	0,45	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>335</b>	<b>6,83</b>	<b>9,92</b>	<b>40,34</b>	<b>279,3</b>	

<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b>Напиток апельсиновый или лимонный</b>	<b>150</b>	<b>0,11</b>	<b>0,01</b>	<b>18,33</b>	<b>75,9</b>	<b>545</b>
	Лимон	12/12	0,11	0,01	0,36	4,08	
	Сахар	18/18	0	0	17,96	71,82	
	Вода	157,5/157,5	0	0	0	0	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0,11</b>	<b>0,01</b>	<b>18,33</b>	<b>75,9</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Суп крестьянский со сметаной</b>	<b>180</b>	<b>2,56</b>	<b>3,53</b>	<b>16,49</b>	<b>108,34</b>	<b>39</b>
	Картофель	83,09/50,4	1,01	0,2	8,22	38,81	
	Сметана 15,0% жирности	5,4/5,4	0,14	0,81	0,19	8,75	
	Пшено	10,01/10,01	1,15	0,33	6,66	34,23	
	Лук	9/7,56	0,11	0,02	0,62	3,1	
	Морковь	14,4/11,52	0,15	0,01	0,79	4,03	
	Соль пищевая йодированная	1,8/1,8	0	0	0	0	
	Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b>Капуста тушеная</b>	<b>110</b>	<b>2,84</b>	<b>3,47</b>	<b>12,07</b>	<b>92,62</b>	<b>132</b>
	Капуста белокочанная	183,34/124,66	2,24	0,12	5,86	34,91	
	Томат-паста	3,66/3,66	0,18	0	0,7	3,63	
	Лук	9,54/8,06	0,11	0,02	0,66	3,31	
	Морковь	7,34/5,86	0,08	0,01	0,4	2,05	
	Мука пшеничная	2,2/2,2	0,23	0,02	1,52	7,35	
	Сахар	2,94/2,94	0	0	2,93	11,72	
	Масло растительное	3,3/3,3	0	3,3	0	29,67	
	<b>Птица отварная</b>	<b>50</b>	<b>13,02</b>	<b>13,15</b>	<b>0,1</b>	<b>170,51</b>	<b>409</b>
	Курица, 1 категории	80/71,43	13	13,14	0	170	
	Морковь	2,29/1,43	0,02	0	0,1	0,5	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	<b>150</b>	<b>0,39</b>	<b>0,08</b>	<b>17,16</b>	<b>70,23</b>	<b>376</b>
	Сахар	10,83/10,83	0	0	10,81	43,21	
	Кислота лимонная пищевая	0,15/0,15	0	0	0	0	
	Сухофрукты (ассорти)	10,01/10,01	0,39	0,08	6,35	27,01	
	Вода	152,25/152,25	0	0	0	0	

	<b><u>ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ</u></b>	<b>40</b>	<b>1,12</b>	<b>0</b>	<b>0,52</b>	<b>6,44</b>	<b>б/н</b>
	Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	40/40	1,12	0	0,52	6,44	
	<b>или <u>ПОМИДОР СВЕЖИЙ</u></b>	<b>40</b>	<b>0,12</b>	<b>0,04</b>	<b>0,44</b>	<b>2,88</b>	<b>б/н</b>
	Томат	3,8/3,61	0,17	0,00	0,76	3,58	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>23,48</b>	<b>20,73</b>	<b>66,99</b>	<b>550,39</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Омлет натуральный</u></b>	<b>100</b>	<b>11,08</b>	<b>12,83</b>	<b>1,94</b>	<b>167,74</b>	<b>215</b>
	Масло сливочное	4,7/4,7	0,06	2,89	0,08	26,6	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	27,06/27,06	0,78	0,68	1,3	14,61	
	Яйцо	80,59/80,59	10,23	9,27	0,56	126,53	
	<b><u>Молоко кипяченое</u></b>	<b>180</b>	<b>5,36</b>	<b>4,63</b>	<b>8,87</b>	<b>99,9</b>	<b>400</b>
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	200/185	5,37	4,63	8,88	99,9	
	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,8</b>	<b>700,1</b>
	Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,8	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>300</b>	<b>17,76</b>	<b>17,7</b>	<b>17,49</b>	<b>302,44</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1365</b>	<b>48,18</b>	<b>48,36</b>	<b>143,15</b>	<b>1208,03</b>	
<b>День 8</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Суп молочный с крупой</u></b>	<b>150</b>	<b>5,16</b>	<b>5,61</b>	<b>21,54</b>	<b>158,19</b>	<b>94.1</b>
	Крупа манная	16,66/16,66	1,72	0,17	11,77	55,49	
	Сахар	4,1/4,1	0	0	4,09	16,34	
	Масло сливочное	4,1/4,1	0,05	2,52	0,07	23,18	
	Вода	47,4/47,4	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	117/117	3,39	2,92	5,62	63,18	
	<b><u>Бутерброды с сыром</u></b>	<b>45</b>	<b>4,68</b>	<b>4,83</b>	<b>14,96</b>	<b>122,32</b>	<b>3</b>
	Сыр "Адыгейский"	12/11,25	2,23	2,23	0,17	29,7	
	Масло сливочное	3,75/3,75	0,05	2,31	0,06	21,22	
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	

	<b><u>Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом</u></b>	<b>150/7</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>7,89</b>	<b>31,94</b>	<b>392</b>
	Вода	118,42/118,42	0	0	0	0	
	Сахар	7,89/7,89	0	0	7,87	31,48	
	Вода	25,58/25,58	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,24/0,24	0,05	0	0,01	0,45	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>345</b>	<b>9,88</b>	<b>10,44</b>	<b>44,39</b>	<b>312,45</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Плоды и ягоды свежие</u></b>	<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,17</b>	<b>53,58</b>	<b>368</b>
	Яблоки	114/114	0,46	0,46	11,17	53,58	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,17</b>	<b>53,58</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп рыбный</u></b>	<b>180</b>	<b>7,34</b>	<b>2,92</b>	<b>13,09</b>	<b>108,29</b>	<b>43</b>
	Минтай	64,8/33,84	5,38	0,3	0	24,36	
	Картофель	65/39,01	0,78	0,16	6,36	30,03	
	Пшено	7,99/7,99	0,92	0,26	5,31	27,33	
	Лук	9/7,56	0,11	0,02	0,62	3,1	
	Морковь	14,4/11,52	0,15	0,01	0,79	4,03	
	Соль пищевая йодированная	0,63/0,63	0	0	0	0	
	Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
	Вода	216/216	0	0	0	0	
	<b><u>Макаронные изделия отварные с маслом</u></b>	<b>110</b>	<b>7,11</b>	<b>3,88</b>	<b>43,5</b>	<b>237,07</b>	<b>205</b>
	Макаронные изделия	62,4/62,4	7,05	1,31	43,43	213,42	
	Масло сливочное	4,18/4,18	0,05	2,57	0,07	23,66	
	<b><u>Котлеты, биточки, шницели рубленые</u></b>	<b>50</b>	<b>7,39</b>	<b>14,95</b>	<b>4,85</b>	<b>201,82</b>	<b>282</b>
	Свинина, лопаточная часть	46/43	6,32	12,64	0	157,16	
	Сухари панировочные	5/5	0	0	0	0	
	Масло сливочное	3,12/3,12	0,04	1,92	0,05	17,69	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	11,88/11,88	0,34	0,3	0,57	6,41	
	батон ,	8,75/8,75	0,69	0,09	4,23	20,56	
	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	

	<b>Компот из сушеных фруктов</b>	<b>150</b>	<b>0,39</b>	<b>0,08</b>	<b>17,16</b>	<b>70,23</b>	<b>376</b>
	Сахар	10,83/10,83	0	0	10,81	43,21	
	Кислота лимонная пищевая	0,15/0,15	0	0	0	0	
	Сухофрукты (ассорти)	10,01/10,01	0,39	0,08	6,35	27,01	
	Вода	152,25/152,25	0	0	0	0	
	<b>Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом</b>	<b>40</b>	<b>0,57</b>	<b>4,04</b>	<b>3,25</b>	<b>51,76</b>	<b>21/1</b>
	Свекла	33,33/25,56	0,38	0,03	2,25	10,73	
	Морковь	16,02/14,49	0,19	0,01	1	5,07	
	Масло растительное	4/4	0	4	0	35,96	
	<b>ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ</b>	<b>40</b>	<b>0,16</b>	<b>0,02</b>	<b>0,50</b>	<b>2,80</b>	<b>б/н</b>
	Огурец, грунтовый	20/20	0,16	0,02	0,50	2,80	
	<b>Хлеб пшеничный</b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>580</b>	<b>26,35</b>	<b>26,37</b>	<b>102,5</b>	<b>771,42</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b>Булочка молочная</b>	<b>70</b>	<b>9,72</b>	<b>4,86</b>	<b>58,33</b>	<b>321,25</b>	<b>585</b>
	Ванилин	4,31/4,31	0	0	0	0	
	Дрожжи хлебопекарные	0,67/0,67	0,09	0,02	0	0,5	
	Мука пшеничная	70,18/70,18	7,23	0,76	48,42	234,38	
	Мука пшеничная	2,1/2,1	0,22	0,02	1,45	7,01	
	Сахар	7/7	0	0	6,99	27,93	
	Масло сливочное	3,5/3,5	0,05	2,15	0,06	19,81	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	28/28	0,81	0,7	1,34	15,12	
	Яйцо	10,5/10,5	1,33	1,21	0,07	16,48	
	<b>Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран</b>	<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>6</b>	<b>79,5</b>	<b>401</b>
Кефир 2,5% жирности	166,67/150	4,35	3,75	6	79,5		
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>220</b>	<b>14,07</b>	<b>8,61</b>	<b>64,33</b>	<b>400,75</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1245</b>	<b>50,76</b>	<b>45,88</b>	<b>222,39</b>	<b>1538,2</b>	
<b>День 9</b>							

<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Суп молочный с крупой</u></b>	<b>150</b>	<b>5,61</b>	<b>5,21</b>	<b>19,48</b>	<b>148,05</b>	<b>94</b>
	Гречневая крупа ядрица	16,66/16,66	2,1	0,55	9,52	51,33	
	Сахар	4,17/4,17	0	0	4,16	16,64	
	Масло сливочное	3,3/2,7	0,04	1,66	0,05	15,28	
	Вода	37,5/37,5	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	120/120	3,48	3	5,76	64,8	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>14,73</b>	<b>71,4</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
	<b><u>Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом</u></b>	<b>150/7</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>7,89</b>	<b>31,94</b>	<b>392</b>
	Вода	118,42/118,42	0	0	0	0	
	Сахар	7,89/7,89	0	0	7,87	31,48	
	Вода	25,58/25,58	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,24/0,24	0,05	0	0,01	0,45	
	<b><u>Масло (порциями)</u></b>	<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>3,62</b>	<b>0,06</b>	<b>33</b>	<b>6</b>
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>335</b>	<b>8,09</b>	<b>9,13</b>	<b>42,16</b>	<b>284,39</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b><u>Соки овощные, фруктовые и ягодные</u></b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>	<b>399.4</b>
	Сок яблочный	150/150	0,75	0,15	15,15	69	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,15</b>	<b>15,15</b>	<b>69</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b><u>Суп картофельный с бобовыми</u></b>	<b>180</b>	<b>4,32</b>	<b>2,68</b>	<b>16,92</b>	<b>109,42</b>	<b>81</b>
	Картофель	55,49/50,51	1,01	0,2	8,23	38,89	
	Лук	8,64/7,2	0,1	0,01	0,59	2,95	
	Морковь	12,2/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Соль пищевая йодированная	2,7/2,7	0	0	0	0	
	Горох шлифованный	15,1/15,1	3,1	0,3	7,48	45	
	Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
	Вода	126/126	0	0	0	0	
	<b><u>Плов с курицей</u></b>	<b>150</b>	<b>23,19</b>	<b>7,83</b>	<b>33,94</b>	<b>299,55</b>	<b>114</b>
	Куриная грудка (филе)	90,41/80	18,88	1,52	0,32	90,39	
	Томат-паста	7,99/7,99	0,38	0	1,52	7,92	



	Рис	50/50	3,75	1,3	31,15	151,48	
	Лук	6,3/4,99	0,07	0,01	0,41	2,05	
	Морковь	10,68/7,99	0,1	0,01	0,55	2,8	
	Соль пищевая йодированная	0,3/0,3	0	0	0	0	
	Масло растительное	4,99/4,99	0	4,99	0	44,91	
	Вода	113,42/115,92	0	0	0	0	
	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>	<b>0,39</b>	<b>0,08</b>	<b>17,16</b>	<b>70,23</b>	<b>376</b>
	Сахар	10,83/10,83	0	0	10,81	43,21	
	Кислота лимонная пищевая	0,15/0,15	0	0	0	0	
	Сухофрукты (ассорти)	10,01/10,01	0,39	0,08	6,35	27,01	
	Вода	152,25/152,25	0	0	0	0	
	<b><u>Салат из капусты и моркови с растительным маслом</u></b>	<b>40</b>	<b>0,66</b>	<b>2,44</b>	<b>1,94</b>	<b>32,78</b>	<b>13</b>
	Капуста белокочанная	40/32	0,58	0,03	1,5	8,96	
	Морковь	8/6,4	0,08	0,01	0,44	2,24	
	Соль пищевая йодированная	0,4/0,4	0	0	0	0	
	Масло растительное	2,4/2,4	0	2,4	0	21,58	
	<b><u>Икра кабачковая</u></b>	<b>40</b>	<b>0,76</b>	<b>3,56</b>	<b>3,08</b>	<b>47,60</b>	<b>5</b>
	Икра кабачковая	42,16/40	0,00	0,00	0,00	0,00	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>570</b>	<b>32,11</b>	<b>13,53</b>	<b>90,61</b>	<b>614,23</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Винегрет овощной</u></b>	<b>60</b>	<b>1,33</b>	<b>3,74</b>	<b>7,03</b>	<b>67,25</b>	<b>45</b>
	Картофель	30,06/24,06	0,48	0,1	3,92	18,53	
	Свекла	27,12/18,06	0,27	0,02	1,59	7,59	
	Лук	11,28/9	0,13	0,02	0,74	3,69	
	Морковь	11,34/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	15/12	0,34	0	0,16	1,93	
	Масло растительное	3,6/3,6	0	3,6	0	32,36	

	<b>или Салат из картофеля с солеными огурцами</b>	<b>60</b>	<b>8,19</b>	<b>31,26</b>	<b>51,42</b>	<b>519,60</b>	<b>22</b>
	Картофель	37,94/24	0,48	0,10	3,91	18,48	
	Лук	3,78/3	0,04	0,01	0,25	1,23	
	Морковь	16,38/12	0,16	0,01	0,83	4,20	
	Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	22,5/18	0,50	0,00	0,23	2,90	
	Масло растительное	3/3	0,00	3,00	0,00	26,97	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,8</b>	<b>700,1</b>
	Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,8	
	<b>Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом</b>	<b>150/7</b>	<b>0,04</b>	<b>0</b>	<b>7,89</b>	<b>31,94</b>	<b>392</b>
	Вода	118,42/118,42	0	0	0	0	
	Сахар	7,89/7,89	0	0	7,87	31,48	
	Вода	25,58/25,58	0	0	0	0	
	Чай высшего сорта	0,24/0,24	0,05	0	0,01	0,45	
	<b>Котлеты рыбные любительские</b>	<b>50</b>	<b>11,8</b>	<b>4,47</b>	<b>5,29</b>	<b>109,02</b>	<b>256</b>
	Лук репчатый	5,62/5,62	0,08	0,01	0,46	2,31	
	Минтай	70/68,75	10,93	0,62	0	49,5	
	Вода	5/5	0	0	0	0	
	Масло подсолнечное	3,75/3,75	0	3,75	0	33,71	
	батон ,	10/10	0,79	0,1	4,83	23,5	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>280</b>	<b>14,49</b>	<b>8,45</b>	<b>26,89</b>	<b>243,01</b>
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>			<b>1335</b>	<b>55,44</b>	<b>31,26</b>	<b>174,81</b>	<b>1210,63</b>

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Ясли"	Ед.изм.	Брутто за 3 дня	Нетто за 3 дня
1	батон ,	батон	0,047	0,047
2	Ванилин	кг	0,004	0,004
3	Вода	л	1,997	1,999
4	Горох шлифованный	кг	0,015	0,015

5	Гречневая крупа ядрица	кг	0,017	0,017
6	Дрожжи хлебопекарные	кг	0,001	0,001
7	Капуста белокочанная	кг	0,223	0,157
8	Картофель	кг	0,234	0,164
9	Кефир 2,5% жирности	л	0,167	0,15
10	Кислота лимонная пищевая	кг	0	0
11	Крупа манная	кг	0,017	0,017
12	Куриная грудка (филе)	кг	0,09	0,08
13	Курица, 1 категории	кг	0,08	0,071
14	Лимон	кг	0,012	0,012
15	Лук	кг	0,054	0,044
16	Лук репчатый	кг	0,006	0,006
17	Макаронные изделия	кг	0,062	0,062
18	Масло подсолнечное	л	0,004	0,004
19	Масло растительное	л	0,025	0,025
20	Масло сливочное	кг	0,041	0,041
21	Минтай	кг	0,135	0,103
22	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	0,621	0,606
23	Морковь	кг	0,097	0,077
24	Мука пшеничная	кг	0,074	0,074
25	Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	кг	0,055	0,052
26	Пшено	кг	0,018	0,018
27	Рис	кг	0,062	0,062
28	Сахар	кг	0,105	0,105
29	Свекла	кг	0,06	0,044
30	Свинина, лопаточная часть	кг	0,046	0,043
31	Сметана 15,0% жирности	кг	0,005	0,005
32	Сок яблочный	л	0,15	0,15
33	Соль пищевая йодированная	кг	0,006	0,006
34	Сухари панировочные	кг	0,005	0,005
35	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,03	0,03
36	Сыр "Адыгейский"	кг	0,012	0,011
37	Томат-паста	кг	0,012	0,012

38	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	батон	0,225	0,225
39	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	хлеб пшеничный формовый из муки 1 сорта	0,15	0,15
40	Хлеб ржаной	хлеб ржаной	0,177	0,177
41	Чай высшего сорта	кг	0,001	0,001
42	Яблоки	кг	0,114	0,114
43	Яйцо	шт (яйцо)	1,822	1,822

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	<b><u>Суп молочный с макаронными изделиями</u></b>	<b>150</b>	<b>7,11</b>	<b>7,04</b>	<b>29,47</b>	<b>210,6</b>	<b>93</b>
	Сахар	4,99/4,99	0	0	4,99	19,93	
	Макаронные изделия	25,01/25,01	2,83	0,53	17,4	85,52	
	Масло сливочное	4,66/4,66	0,06	2,87	0,08	26,4	
	Вода	37,5/37,5	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	145,83/145,83	4,23	3,65	7	78,75	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>30</b>	<b>2,4</b>	<b>0,3</b>	<b>14,73</b>	<b>71,4</b>	<b>701</b>
	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	30/30	2,4	0,3	14,73	71,4	
	<b><u>Чай с лимоном</u></b>	<b>150/7/3</b>	<b>0,09</b>	<b>0</b>	<b>8,51</b>	<b>35,52</b>	<b>393</b>
	Вода	114,21/114,21	0	0	0	0	
	Лимон	6,09/5,32	0,05	0,01	0,16	1,81	
	Сахар	8,34/8,34	0	0	8,32	33,28	
	Вода	24,67/24,67	0	0	0	0	

	Чай высшего сорта	0,23/0,23	0,05	0	0,01	0,44	
	<b>Масло (порциями)</b>	<b>5</b>	<b>0,04</b>	<b>3,62</b>	<b>0,06</b>	<b>33</b>	<b>6</b>
	Масло сливочное	5/5	0,06	3,08	0,08	28,3	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>335</b>	<b>9,64</b>	<b>10,96</b>	<b>52,77</b>	<b>350,52</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	<b>Фрукты и ягоды свежие</b>	<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,17</b>	<b>53,58</b>	<b>368</b>
	Яблоки	114/114	0,46	0,46	11,17	53,58	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,46</b>	<b>0,46</b>	<b>11,17</b>	<b>53,58</b>	
<b>ОБЕД</b>	<b>Щи из свежей капусты с картофелем</b>	<b>180</b>	<b>2,86</b>	<b>3,56</b>	<b>14,58</b>	<b>103,07</b>	<b>67</b>
	Лавровый лист	0,01/0,01	0	0	0	0,02	
	Капуста белокочанная	68,4/64,8	1,17	0,06	3,05	18,14	
	Картофель	72/59,4	1,19	0,24	9,68	45,74	
	Сметана 15,0% жирности	7,2/7,2	0,19	1,08	0,26	11,66	
	Томат-паста	2/2	0,1	0	0,38	1,98	
	Лук	8,64/7,2	0,1	0,01	0,59	2,95	
	Морковь	12,1/9	0,12	0,01	0,62	3,15	
	Соль пищевая йодированная	2,7/2,7	0	0	0	0	
	Масло растительное	2,16/2,16	0	2,16	0	19,42	
	Вода	144/144	0	0	0	0	
	<b>Пюре картофельное</b>	<b>130</b>	<b>3,65</b>	<b>3,91</b>	<b>25,51</b>	<b>152,33</b>	<b>321</b>
	Картофель	213,01/149,99	3	0,6	24,45	115,5	
	Масло сливочное	4,55/4,55	0,06	2,8	0,08	25,75	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	20,54/20,54	0,6	0,51	0,99	11,09	
	<b>Хлеб ржаной</b>	<b>25</b>	<b>1,65</b>	<b>0,3</b>	<b>8,35</b>	<b>43,5</b>	<b>700</b>
	Хлеб ржаной	25/25	1,65	0,3	8,35	43,5	
	<b>Салат из свеклы с солеными огурцами</b>	<b>30</b>	<b>0,38</b>	<b>1,53</b>	<b>2,05</b>	<b>23,59</b>	<b>53</b>
	Огурец соленый	7,5/6	0,05	0,01	0,1	0,78	
	Свекла	29,76/22,2	0,33	0,02	1,95	9,32	
	Масло растительное	1,5/1,5	0	1,5	0	13,48	
<b>или Салат из свежих помидоров с луком</b>	<b>40</b>	<b>0,45</b>	<b>2,47</b>	<b>1,89</b>	<b>32,46</b>	<b>14</b>	
Помидоры (томаты), грунтовые	33,88/28,8	0,32	0,06	1,09	6,91		

	Лук	11,52/9,68	0,14	0,02	0,79	3,97	
	Масло растительное	2,4/2,4	0,00	2,40	0,00	21,58	
	<b><u>Компот из сушеных фруктов</u></b>	<b>150</b>	<b>0,39</b>	<b>0,08</b>	<b>17,16</b>	<b>70,23</b>	<b>376</b>
	Сахар	10,83/10,83	0	0	10,81	43,21	
	Кислота лимонная пищевая	0,15/0,15	0	0	0	0	
	Сухофрукты (ассорти)	10,01/10,01	0,39	0,08	6,35	27,01	
	Вода	152,25/152,25	0	0	0	0	
	<b><u>Птица тушеная</u></b>	<b>50</b>	<b>13,12</b>	<b>13,87</b>	<b>1,52</b>	<b>183,35</b>	<b>301</b>
	Курица, 1 категории	75,1/70,15	12,77	12,91	0	166,96	
	Вода	18,75/18,75	0	0	0	0	
	Сметана 15,0% жирности	6,25/6,25	0,16	0,94	0,22	10,12	
	Мука пшеничная	1,88/1,88	0,19	0,02	1,29	6,26	
	Соль пищевая йодированная	0,2/0,2	0	0	0	0	
	<b><u>Хлеб пшеничный</u></b>	<b>25</b>	<b>1,9</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>	<b>58,75</b>	<b>701.1</b>
	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	25/25	1,9	0,2	12,3	58,75	
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>590</b>	<b>23,95</b>	<b>23,45</b>	<b>81,47</b>	<b>634,82</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	<b><u>Какао с молоком</u></b>	<b>150</b>	<b>3,45</b>	<b>2,88</b>	<b>13,54</b>	<b>94,88</b>	<b>397</b>
	Какао-порошок	1,67/1,67	0,4	0,25	0,17	4,81	
	Сахар	8,34/8,34	0	0	8,32	33,28	
	Вода	66,66/66,66	0	0	0	0	
	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	105,15/105,15	3,05	2,63	5,05	56,78	
	<b><u>Яйца вареные</u></b>	<b>60</b>	<b>7,62</b>	<b>6,9</b>	<b>0,42</b>	<b>94,2</b>	<b>213</b>
	Яйцо	60/60	7,62	6,9	0,42	94,2	
	<b><u>Хлеб ржаной</u></b>	<b>20</b>	<b>1,32</b>	<b>0,24</b>	<b>6,68</b>	<b>34,8</b>	<b>700,1</b>
	Хлеб ржаной	20/20	1,32	0,24	6,68	34,8	
	<b><u>Икра кабачковая</u></b>	<b>40</b>	<b>0,76</b>	<b>3,56</b>	<b>3,08</b>	<b>47,6</b>	<b>5</b>
	Икра кабачковая	42,16/40	0	0	0	0	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>270</b>	<b>13,15</b>	<b>13,58</b>	<b>23,72</b>	<b>271,48</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1295</b>	<b>47,2</b>	<b>48,45</b>	<b>169,13</b>	<b>1310,4</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>13150</b>	<b>501,38</b>	<b>456,17</b>	<b>1826,42</b>	<b>13702,91</b>	
<b>Среднее значение за</b>		<b>1315</b>	<b>50,14</b>	<b>45,62</b>	<b>182,64</b>	<b>1370,29</b>	

<b>период</b>							
---------------	--	--	--	--	--	--	--

Среднесуточное содержание витаминов и микроэлементов в меню:

витамины		минеральные вещества		Перечень продуктов обогащенных витаминами и микроэлементами и их кратность включения в меню:
С (мг/сут)	52,641	Кальций (мг/сут)	492,837	
В1 (мг/сут)	0,898	Фосфор (мг/сут)	606,932	Перечень продуктов обогащенных лакто и бифидобактериями:
В2 (мг/сут)	1,291	Магний (мг/сут)	164,025	
А (рет.экв/сут)	133	Железо (мг/сут)	9,403	Использованные сборники рецептур:
Д (мкг/сут)	153	Фтор (мг/сут)	0,864	Возможные замены блюд:

№ п/п	Выборка продуктов по меню для категории "Ясли"	Ед.изм.	Брутто за весь период	Нетто за весь период
1	батон ,	батон	0,08	0,08
2	Бульон мясной	л	0,144	0,144
3	Ванилин	кг	0,004	0,004
4	Вода	л	5,942	5,945
5	Горох шлифованный	кг	0,03	0,03
6	Гречневая крупа ядрица	кг	0,093	0,093
7	Дрожжи хлебопекарные	кг	0,003	0,003
8	Изюм	кг	0,005	0,005
9	Икра кабачковая	банка	0,165	0,157
10	Какао-порошок	кг	0,003	0,003
11	Капуста белокочанная	кг	0,524	0,417
12	Картофель	кг	1,06	0,778
13	Кефир 2,5% жирности	л	0,371	0,338
14	Кисель из концентрата	кг	0,036	0,036

15	Кислота лимонная пищевая	кг	0,001	0,001
16	Кофейный напиток	кг	0,003	0,003
17	Крупа манная	кг	0,071	0,071
18	Куриная грудка (филе)	кг	0,155	0,142
19	Курица, 1 категории	кг	0,235	0,213
20	Лавровый лист	кг	0	0
21	Лимон	кг	0,054	0,051
22	Лук	кг	0,168	0,14
23	Лук репчатый	кг	0,006	0,006
24	Макаронные изделия	кг	0,175	0,175
25	Масло подсолнечное	л	0,004	0,004
26	Масло растительное	л	0,071	0,071
27	Масло сливочное	кг	0,156	0,156
28	Минтай	кг	0,213	0,16
29	Молоко пастеризованное, 2,5% жирности	л	2,221	2,191
30	Морковь	кг	0,237	0,185
31	Мука пшеничная	кг	0,208	0,208
32	Овсяные хлопья "Геркулес"	кг	0,033	0,033
33	Огурец соленый	кг	0,007	0,006
34	Огурцы консервированные баночные (без уксуса)	кг	0,144	0,123
35	Повидло	кг	0,02	0,02
36	Пшено	кг	0,047	0,047
37	Рис	кг	0,203	0,203
38	Рыбные консервы	кг	0,03	0,03
39	Сахар	кг	0,351	0,353
40	Свекла	кг	0,376	0,279
41	Свинина, лопаточная часть	кг	0,209	0,196
42	Сметана 15,0% жирности	кг	0,048	0,048
43	Сода	г	0,67	0,67
44	Сок яблочный	л	0,6	0,6
45	Соль	кг	0	0
46	Соль пищевая йодированная	кг	0,021	0,021
47	Сухари панировочные	кг	0,013	0,013



48	Сухофрукты (ассорти)	кг	0,08	0,08
49	Сыр "Адыгейский"	кг	0,036	0,034
50	Творог	кг	0,092	0,092
51	Творог 9%	кг	0,152	0,152
52	Томат-паста	кг	0,035	0,035
53	Хлеб пшеничный, батон из муки 1 сорта	батон	0,75	0,75
54	Хлеб пшеничный, формовой из муки высшего сорта	хлеб пшеничный формовый из муки 1 сорта	0,5	0,5
55	Хлеб ржаной	хлеб ржаной	0,538	0,538
56	Чай высшего сорта	кг	0,003	0,003
57	Яблоки	кг	0,466	0,465
58	Яйцо	шт (яйцо)	6,272	6,272
59	Яйцо куриное	шт (яйца)	0,212	0,212