Шаклина Валентина Андреевна

Подписано цифровой подписью: Шаклина Валентина Андреевна
DN: cn=Шаклина Валентина Андреевна, o=МДОУ "Детский сад № 4", ou=заведующий, email=detski_sad4_luga@mail.ru, c=RU
Дата: 2022.03.16 09:26:40 +03'00'

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1-3 ЛЕТ С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ НА ОСЕННЕ-ЗИМНИЙ ПЕРИОД

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 1								
ЗАВТРАК :	КАША ВЯЗКАЯ "ДРУЖБА"	150	3.76	4.41	19.79	177.33	1.29	№84
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3.4	2.8	14.7	95.3	0.6	№126
	ПЕЧЕНЬЕ	25	1.2	1.5	11.2	63	0	№509
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**8.36**	**8.71**	**45.69**	**335.63**	**1.89**	
ЗАВТРАК 2 :	**ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ**	150	**7.5**	**9**	**5.3**	**102**	**1.08**	№401
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ	40	0.6	4.04	2.96	50.8	11.2	№45
	СУП КАРТ.С ГОРОХОМ,МЯСОМ	150	7.3	5.3	10.5	152	2.9	№32
	КОТЛЕТЫ ИЗ СВИН.	50	8.6	9.2	9	144	0.12	№272
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0.3	3.4	1.08	30	0.04	№226
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5.7	4.9	24.6	160.4	0	№65
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	1	0.2	18.4	82.8	34.4	№241
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**25.9**	**27.34**	**81.84**	**693.5**	**48.66**	
УПЛОТНЕННЫЙ	РАГУ ОВОЩНОЕ С СОСИСКОЙ	180	12	13.1	9	198.2	69.8	№77
ПОЛДНИК:	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0.15	0	7.6	29.3	0.6	№431
	БАТОН	35	1.9	0.2	12.6	59.2	0	№480
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**14.05**	**13.3**	**29.2**	**286.7**	**70.4**	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		**55.81**	**58.35**	**162.03**	**1417.83**	**122.03**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 2								
ЗАВТРАК :	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	150	4	4.3	19.8	131.03	0.97	№172
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3.7	3.8	24.4	142.5	0.2	№125
	Б/Д С МАСЛОМ	35/4	2	4.9	13.03	104.5	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**9.7**	**13**	**57.23**	**378.03**	**1.17**	
ЗАВТРАК 2 :	**КЕФИР**	**150**	**4.4**	**3.8**	**6**	**79.5**	**1.05**	**№401**
ОБЕД :						34	8.5	№37
	СУП КАРТ.С РЫБОЙ И КРУПОЙ.	150	4	4.9	8.9	71.4	6.7	№84
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	150	20.3	15.5	14.1	277.5	4.9	№274
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0.15	0	14.6	55.9	3.9	№631
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**26.85**	**20.7**	**52.9**	**512.3**	**24**	
УПЛОТНЕННЫЙ	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	130/20	22.8	18.3	34.9	359.2	0.2	№366
ПОЛДНИК:	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0.6	0	16.7	67.1	0.05	№383
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**23.4**	**18.3**	**51.6**	**426.3**	**0.25**	
	ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ		**64.35**	**55.8**	**167.73**	**1396.13**	**26.47**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 4								
ЗАВТРАК :	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ ХЛОПЬЕВ "ГЕ	150	3.7	4.1	16.6	124	0.91	№177
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3.4	2.8	14.7	95.3	0.6	№126
	Б/Д С МАСЛОМ	35/4	2.3	4.4	15.1	108.5	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**9.4**	**11.3**	**46.4**	**327.8**	**1.51**	
ЗАВТРАК 2 :	**КЕФИР**	**150**	**4.4**	**3.8**	**6**	**79.5**	**1.05**	**№401**
ОБЕД :	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	35	0.4	2.8	1.6	34	8.5	№37
	СУП_ПЮРЕ С ГРЕНКАМИ	150	7.3	5.3	10.5	152	2.9	№32
	ГУЛЯШ ИЗ КУРИЦЫ	50/30	7.1	4.9	1.6	99	0.3	№277
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	110	3.3	5.7	35.3	210	0	№353
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	1	0	18.4	82.8	34.4	№241
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**21.5**	**19**	**82.7**	**651.3**	**46.1**	
УПЛОТНЕННЫЙ	САЛАТ ИЗ ВАРЕНЫХ ОВОЩЕЙ	110	1.5	10.1	6.3	95	10.3	К/к
ПОЛДНИК:	ФРУКТЫ	150	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	БАТОН	30	2.3	0.2	15.1	71	0	№480
	ФРУКТЫ	150	1.6	0	22.1	100.8	10.5	№458
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**7**	**10.3**	**65.6**	**367.6**	**31.3**	
	ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ		**42.3**	**44.4**	**200.7**	**1426.2**	**79.96**	

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ ФИЗИОЛОГИЧЕСКОГО ПОТРЕБЛЕНИЯ ЭНЕРГИИ И ПИЩЕВЫХ ВЕЩЕСТВ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДЕЙ ОТ 1 ДО 3 ЛЕТ

Наименование	Норма	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	ФАКТ ЗА 10 ДНЕЙ	СРЕДНЕЕ В ДЕНЬ	Содерж.Б,Ж,У в менк калорий	
ПИЩЕВАЯ ЦЕННОСТЬ															
БЕЛКИ,г	**42**	55.81	64.95	47.2	40.85	53.79	46	46.07	45.95	44.76	38.19	483.57	48.4	6.4	
ЖИРЫ,г	**45**	58.35	55.8	42.93	44.4	67.73	47.63	47.48	47.04	43.88	59.21	514.45	51.45	6.5	
УГЛЕВОДЫ,г	**180.5**	162.03	167.73	230.51	186.2	163.53	179.7	197.22	171.46	211.13	183.39	1852.9	185.3	4.8	
ЭНЕРГИЯ (ккал)	**1400**	1417.83	1396.13	1471.7	1354.7	1477.95	1365.8	1338.33	1235.6	1412.65	1371.21	13841.9	1384.2	15.8	
ВИТАМИН С,мг		12.03	26.47	47	70.06	115.27	109.74	123.43	31.55	110.05	46.58	692.18	69.22		

о за период в % от

ности

ВЕДОМОСТЬ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ПРОДУКТОВОГО НАБОРА ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 1-3 ЛЕТ														
Наименование продукта	Норма	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	Факт за 10 дней	Среднее в день	Выполнение,отклонение,г
МОЛОКО И КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ	351	390	405	300.2	400.5	386	378	267	394	310	279	3509.7	351	0.5
ТВОРОГ	27		122					150				272	27.2	
СМЕТАНА	8	10	24	8	8	8	8	8			8	82	8.2	
СЫР ТВ.	3.6					18				18		36	3.6	
МЯСО	45	93	35	12	12	59	73	75	24		67	450	45	6.4
ПТИЦА	18				100					80		180	18	1.4
РЫБА	29		40	95		54			50		55	294	29.4	
КОЛБ.ИЗД.	0						40					40	4	
ЯЙЦО КУРИНОЕ	18	10	15	15		60	18	18	18	10	18	182	18.2	
КАРТОФЕЛЬ	108	10	15	15		40	10	5	10	10	15	1300	130	
ОВОЩИ.ЗЕЛЕНЬ	185	180	200	200	190	170	190	180	180	200	190	1880	188	
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ	86		30	176.3	155	155		176.3	30	180	5	907.6	47.6	
ФРУКТЫ СУХИЕ	8		14	14				13	13	13	13	80	8	
СОКИ	90	150			150		150		150	150	150	900	90	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧ.	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	36	360	36	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	54	54	45	95	50	45	40	30	49	82	50	540	54	
КРУПЫ,БОБОВЫЕ	27	30	23	20	31	32	25	33	32	30	20	276	27.6	
МАКАРОННЫЕ ИЗД.	7						44.8		25.2			70	7	
МУКА ПШЕНИЧНАЯ	23	10	10	55	20	10	10	20	20	57	20	232	23.2	
КРАХМАЛ	2		10			10						20	2	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ	16	15	15	16	18	15	15	15	18	15	18	160	16	
МАСЛО РАСТИТЕЛЬНОЕ	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	8	80	8	
КОНДИТЕРСКИЕ ИЗД.	6	20	20				20					60	6	
ЧАЙ	0.5	0.4		0.8	0.4	0.4	0.8			0.8	0.4	4	0.4	
КАКАО	0.5		1			1			2			4	0.4	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	0.9	1.3			1.3		1.3	1.3			2.8	8	0.8	
ДРОЖЖИ	0.4			0.2						0.1		0.3	0.3	
САХАР	33	30	28	25	30	30	28	24	30	30	25	280	28	
СОЛЬ	4	3	3	3	3	3	3	3	3	3	3	30	3	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 10								
ЗАВТРАК :	КАША ВЯЗКАЯ "АССОРТИ"	150	3.69	4.41	23.1	163.3	1.29	№178
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3.4	2.8	14.7	95.3	0.6	№126
	Б/Д С МАСЛОМ	35/4	2.29	6.7	15.44	129	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**9.38**	**13.91**	**53.24**	**387.6**	**1.89**	
ЗАВТРАК 2 :	**СОК ФРУКТОВЫЙ**	**150**	**0.33**		**13.28**	**65.3**	**3.58**	**№442**
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ	40	0.6	4.04	2.96	50.8	11.2	№45
	БОРЩ С КАП.СВ.И КАРТ. С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	150	4.14	6.94	18.79	99.21	7.8	№5
	ОЛАДЬИ ИЗ ПЕЧЕНИ	50/20	6.39	7.62	10.72	137.3	4.81	№284
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.1	4.1	13.1	89	6.7	№759
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0.1	0	14.3	54.3	3.3	№416
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**15.73**	**23**	**75.17**	**504.11**	**33.81**	
УПЛОТНЕННЫЙ								
ПОЛДНИК:	БИТОЧКИ МАННЫЕ С ВАРЕНЬЕМ	130/20	9.3	16.5	12.6	234.9	0.9	№618
	ЧАЙ	150	0.15	0	7.6	29.3	0.6	№431
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**9.45**	**16.5**	**20.2**	**264.2**	**1.5**	
	ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ:		**34.89**	**53.41**	**161.89**	**1221.21**	**40.78**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 9								
ЗАВТРАК :	КАША МАННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	150	4.6	6.1	20.5	155.4	1	№179
	КОФ,НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1	0	7.5	29.3	0	№400
	Б/Д С МАСЛОМ	25/5/18	6	10.1	13.9	172.05	0	№3
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**11.6**	**16.2**	**41.9**	**356.75**	**1**	
ЗАВТРАК 2 :	**СОК ФРУКТОВЫЙ**	**150**	**0.33**		**13.28**	**65.3**	**3.58**	**№442**
ОБЕД :	ЗЕЛЕНЫЙ ГОРОШЕК	40	0.3	4.8	1	49	4.2	№36
	БУЛЬОН КУРИНЫЙ С ГРЕНКАМИ	150	7	2.6	7.9	85.2	6.3	№31
	КОТЛЕТА .ИЗ ПТИЦЫ	50	11	7.5	10.4	146	0.4	№314
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	20	0.5	1.9	1.8	26.2	0.07	№535
	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2.43	3.58	24.45	140	0	№315
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0.15	0	14.6	55.9	3.9	№631
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	36	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**23.78**	**20.68**	**75.45**	**575.8**	**14.87**	
УПЛОТНЕННЫЙ	ОЛАДЬИ СО СГУЩ.МОЛОКОМ	110/20	7.3	7	46.1	278	0	№475
ПОЛДНИК:	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	1.75	0	34.4	136.8	90.6	№241
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**9.05**	**7**	**80.5**	**414.8**	**90.6**	
	ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ:		**44.76**	**43.88**	**211.13**	**1412.65**	**110.05**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 8								
ЗАВТРАК :	ВЕРМИШЕЛЬ МОЛОЧНАЯ	150	5.3	5.9	18.5	105.8	1	№42
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3.7	3.8	24.4	142.5	0.2	№125
	Б/Д С МАСЛОМ	35/4	2.3	4.4	15.1	108.5	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**11.3**	**14.1**	**58**	**356.8**	**1.2**	
ЗАВТРАК 2 :	**СОК ФРУКТОВЫЙ**	**150**	**4.4**	**3.8**	**6**	**79.5**	**1.05**	**№401**
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0.6	4.04	2.96	50.8	11.2	№45
	СУП КАРТ.С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150	4.9	5.3	10.1	109.7	6.3	№29
	КОТЛЕТА РЫБНАЯ С МОЛ.СОУСОМ	50/15	8.6	2.8	5.9	83	0.2	№255
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.1	4.1	13.1	89	6.7	№759
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0.15	0	14.6	55.9	3.9	№631
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**18.75**	**16.54**	**61.96**	**461.9**	**28.3**	
УПЛОТНЕННЫЙ	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5.7	7.2	27.5	202	0	№130
ПОЛДНИК:	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4.1	4.5	6.5	81	1	№435
	БАТОН	35	1.7	0.9	11.5	54.4	0	№480
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**11.5**	**12.6**	**45.5**	**337.4**	**1**	
	ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ:		**45.95**	**47.04**	**171.46**	**1235.6**	**31.55**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 7								
ЗАВТРАК :	КАША ВЯЗКАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	4	4.3	19.8	131.03	0.97	№172
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	1.13	0.98	16.8	80.3	0.75	№432
	Б/Д С МАСЛОМ	35/4	2.29	6.7	15.44	129	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**7.42**	**11.98**	**52.04**	**340.33**	**1.72**	
ЗАВТРАК 2 :	**ФРУКТЫ СВЕЖИЕ**	**150**	**1.42**	**0**	**16.5**	**64.5**	**90**	**№442**
ОБЕД :	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	35	0.3	4.8	1	49	4.2	№36
	ЩИ С КАРТ.С МЯСОМ СО СМЕТ.	150	4.9	5.5	5	93.1	7.4	№36
	ПЛОВ	150	12.9	6.3	32.1	243	12.8	№601
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0.1	0	14.3	54.3	3.3	№416
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**20.6**	**16.9**	**67.7**	**512.9**	**27.7**	
УПЛОТНЕННЫЙ	СЫРНИКИ С МОЛОКОМ СГУЩ.	130/15	15.3	18.6	40.2	326	0.43	№286
ПОЛДНИК:	ЧАЙ С САХАРОМ	150	1	0	7.5	29.3	0	№400
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**16.3**	**18.6**	**47.7**	**355.3**	**0.43**	
	ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ:		**45.74**	**47.48**	**183.94**	**1273.03**	**119.85**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 6								
ЗАВТРАК :	КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	150	6.7	7.03	26.6	197	0.99	№177
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	3.4	2.8	14.7	95.3	0.6	№126
	ВАФЛИ	20	1.5	2	8.9	83.4	0	№509
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**11.6**	**11.83**	**50.2**	**375.7**	**1.59**	
ЗАВТРАК 2 :	**КЕФИР**	**150**	**4.4**	**3.8**	**6**	**79.5**	**1.05**	**№401**
ОБЕД :								
	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ СО СМЕТ.	150	5.3	5.6	10	141.3	0	№30
	МАКАРОННИК С МЯСОМ(ЗАПЕЧ.)	150	10.7	12	19.7	232	5.9	№627
	СОК ФРУКТОВЫЙ	150	1.4	0	26.6	110	80	№241
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**19.8**	**17.9**	**71.6**	**556.8**	**85.9**	
УПЛОТНЕННЫЙ	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	40	5	10.2	0.6	98.4	0	№536
ПОЛДНИК:	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	2.2	3.7	11.4	85.8	13.1	№103
	ЧАЙ	150	0.5	0	23.6	93	0.1	№126
	БАТОН	35	2.3	0.2	15.1	71	0	№480
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**10**	**14.1**	**50.7**	**348.2**	**13.2**	
	ИТОГО ЗА 6 ДЕНЬ:		**45.8**	**47.63**	**178.5**	**1360.2**	**101.74**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 5								
ЗАВТРАК :	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВ.	150	6.7	7.03	26.6	197	0.99	№177
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3.7	3.8	24.4	142.5	0.2	№125
	Б/Д С МАСЛОМ	35/4	2.3	4.4	15.1	108.5	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**12.7**	**15.23**	**66.1**	**448**	**1.19**	
ЗАВТРАК 2 :	**ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ**	150	**7.5**	**9**	**5.3**	**102**	**1.08**	№401
ОБЕД :	САЛАТ ИЗ КВ.КАПУСТЫ	40	0.6	4.04	2.96	50.8	11.2	№45
	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С МЯСОМ И СМЕТ.	150	4.5	5	6.3	131.1	5.1	№33
	КАРТОФЕЛЬ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	10.4	10.6	11.3	182.6	5.9	№42
	КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ	150	0.6	0	16.7	67.1	0.05	№383
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**18.5**	**19.94**	**52.56**	**505.1**	**22.25**	
УПЛОТНЕННЫЙ	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	110	8.94	13.46	18.07	221.5	0.15	№215
ПОЛДНИК:	Б/Д С МАСЛОМ И СЫРОМ	35/4/18	6	10.1	13.9	172.05	0	№3
	ЧАЙ	150	0.15	0	7.6	29.3	0.6	№431
								№94
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**15.09**	**23.56**	**39.57**	**422.85**	**0.75**	
	ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ:		**53.79**	**67.73**	**163.53**	**1477.95**	**25.27**	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			Энергетическая ценность(ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
ДЕНЬ 3								
ЗАВТРАК :	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ	150	6.7	7.03	26.6	197	1.32	№177
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	1	0	7.5	29.3	0	№400
	Б/Д С МАСЛОМ	35/4	2.3	4.4	15.1	108.5	0	№15
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**10**	**11.43**	**49.2**	**334.8**	**1.32**	
ЗАВТРАК 2 :	**ЙОГУРТ ПИТЬЕВОЙ**	150	**7.5**	**9**	**5.3**	**102**	**1.08**	№401
ОБЕД :	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0.3	4.8	1	49	4.2	№36
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ СО СМЕТ.	150	2.9	3.5	15.3	119.3	7	№95
	РЫБНОЕ СУФЛЕ	50	12.9	6.3	32.1	243	12.8	№151
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2.1	4.1	13.1	89	6.7	№759
	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	150	0.1	0	14.3	54.3	3.3	№416
	ХЛЕБ РЖАНО -ПШЕНИЧНЫЙ	35	2.4	0.3	15.3	73.5	0	№481
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**20.7**	**19**	**91.1**	**628.1**	**34**	
УПЛОТНЕННЫЙ	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	70	6.9	3.5	61.31	313.8	0	№466
ПОЛДНИК:	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	2.1	0	23.6	93	10.6	№126
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ :		**9**	**3.5**	**84.91**	**406.8**	**10.6**	
	ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ		**47.2**	**42.93**	**230.51**	**1471.7**	**47**	