Утверждено
приказом заведующего МБДОУ
"Абрамовский детский сад № 32" от
10.01.2023г №6

1 день 1,5-3

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
№206, сб.2018г.	Каша геркулесовая молочная жидкая	130	4,91	5,99	19,11	153,40	89,08	38,66	125,7	0,97	30,8	34	0,45	0,1	0,14
№302, сб.2018г.	Кофейный напиток с молоком	180	2,80	2,79	11,12	78,85	104,7	12,06	77,52	0,1	11,88	21,78	0	0,03	0,51
№1, СБ.2018Г.	Бутерброд с повидлом	40,00	2,30	8,20	15,10	141,60	4,6	6,6	17,4	0,4	0	0	0,26	0,03	0
	Итого за 'Завтрак '	**350,00**	**10,30**	**17,30**	**46,90**	**385,70**	**200,8**	**58,82**	**226**	**1,7**	**42,98**	**56,23**	**0,81**	**0,17**	**0,65**
	Второй завтрак														
	Сок фруктовый	180,00	0,90	0,20	18,20	77,40	10,5	6	10,5	2,1	0	0	0,15	0,02	3
	Итого за 'Второй завтрак '	**180,00**	**0,90**	**0,20**	**18,20**	**77,40**	**10,5**	**6**	**10,5**	**2,1**	**0**	**0**	**0,15**	**0,02**	**3**
	Обед														
№60, сб.2018г.	Борщ с капустой и картофелем и мясом	150	2,74	3,26	7,38	72,06	21,31	12,51	28,09	0,58	9,81	144,4	0,14	0,02	4,77
№97, сб.2018г.	Бефстроганов из отварного мяса	60	8,21	6,93	2,16	104,61	10,83	10,38	69,14	1,08	9,08	127,2	0,28	0,02	0,04
№232, сб.2018г.	Макароны отварные с овощами	120	3,44	5,05	18,69	138,70	12;59	11,57	34,48	0,59	25,49	394,92	0,62	0,04	0,45
№310, сб.2018г.	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,13	8,93	37,75	5,24	2,82	3,45	0,71	0	1,8	0,07	0,01	1,44
	Хлеб пшеничный	20,00	1,50	0,10	10,00	47,40	2,3	3,3	8,7	0,2	0	0	0,13	0,02	0
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед '	**565,00**	**22,80**	**21,30**	**65,90**	**555,30**	**70,44**	**58,73**	**195,9**	**5,38**	**44,38**	**671,61**	**1,79**	**0,17**	**8,49**
	"Уплотненный полдник"														
№369, сб. 2004г.	Рыба отварная	50,00	10,20	0,30	0,20	44,40	16,77	20,22	101,4	0,45	0,004	0	1	0,08	0,29
№233, сб.2018г.	Омлет натуральный .	80	7,76	9,38	1,36	120,74	54,19	9,04	118,2	1,34	105,5	188,43	0,4	0,04	0,12
№296, сб.2018г.	Молоко кипяченое .	180	5,18	5,35	8,12	100,27	200,5	23,13	148,7	0,17	22,79	41,78	0	0,05	0,99
	Хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	4,83	24,55	2,3	3,3	8,7	0,2	0	0	0,13	0,02	0
	Фрукты свежие	100,00	0,40	0,40	9,20	44,20	7,68	4,05	4,62	1,06	0	3	0,12	0,01	1,8
	Вафли	20,00	0,60	0,70	15,50	70,80	2,4	1,5	5,4	0,23	0,3	0,45	0,11	0	0
	Итого за 'Уплотненный полдник '	**440,00**	**25,50**	**18,00**	**40,10**	**427,30**	**257**	**35,47**	**275,6**	**1,7**	**128,3**	**230,21**	**0,53**	**0,11**	**1,1**
	Итого за день		**59,50**	**56,80**	**171,10**	**1445,70**	**538,8**	**159**	**708**	**10,9**	**215,7**	**958,05**	**3,28**	**0,46**	**13,25**

2 день

1,5-3

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
№205, сб.2018г.	Каша манная молочная жидкая	130	5,02	5,96	19,95	154,85	127,4	17,44	104,5	0,31	38,7	19,59	0,03	0,06	0,55
№304, сб.2018 г.	Какао с молоком	180,00	2,60	2,80	10,30	77,50	108,04	19,58	89,7	0,49	12	22,06	0,01	0,03	0,52
№ 3,сб. 2018г.	Хлеб пшеничный	30,00	4,90	3,40	15,10	110,30	104,8	15,09	84,38	0,66	20,58	23,8	0,43	0,05	0,07
	Итого за 'Завтрак '	**340,00**	**14,30**	**13,40**	**54,10**	**394,50**	**229,3**	**41,66**	**202,6**	**1,15**	**49,5**	**39,44**	**0,3**	**0,12**	**1,01**
	Второй завтрак														
	Фрукт	100	0,4	0,4	9,2	44,2	14	6,98	9,6	1,9	0	9,6	0	0,02	3,88
	Итого за 'Второй завтрак '	100	0,4	0,4	9,2	44,2	14	6,98	9,6	1,9	0	9,6	0	0,02	3,88
	Обед														
№75, сб.2018г.	Суп Дальневосточный	150,00	2,73	0,26	9,07	52,62	9,84	6,58	39,95	0,42	0,64	0,9	0,11	0,03	0,73
№101, сб.2018г.	Жаркое по-домашнему	150	14,97	15,11	13,53	253,49	20,21	35,23	184,6	2,74	0	0	0,32	0,08	1,88
№309, сб.2018г.	Компот из смеси сухофруктов	180	0,48	0,06	16,40	64,72	12,43	7,26	0	0,77	0	0	0	0,06	0,1
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	49,10	4,6	6,6	17,4	0,4	0	0	0,26	0,03	0
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед '	**575,00**	**24,60**	**20,90**	**57,70**	**520,90**	**84,17**	**78,98**	**307,5**	**5,91**	**0,64**	**2,76**	**2,42**	**0,27**	**22,64**
	Уплотненный полдник														
№238, сб. 2018г.	Запеканка из творога с молоком сгущенным	120/15	21,90	16,20	24,80	338,70	178,7	25,05	196,5	0,54	72,05	82,77	0,39	0,05	0,39
№296, сб.2018г.	Молоко кипяченое	180	5,15	5,32	8,08	99,79	199,6	23,02	148	0,16	22,68	41,58	0	0,05	0,98
№ 209, сб. Дели плюс 2015г.	Хлеб пшеничный	10,00	0,80	0,10	5,00	23,70	2,3	3,3	8,4	0,2	0	8,4	0	0,01	0
	Печенье	10,00	0,60	0,70	5,50	40,50	4,6	2	13	0,16	24	26,4	0,2	0,02	0
	Итого за 'Уплотненный полдник '	**375,00**	**35,20**	**28,80**	**44,40**	**584,60**	**1,28**	**0,16**	**0,69**	**0,26**	**1,32**	**35**	**0,02**	**0,05**	**1,4**
	Итого за день		**87,50**	**67,50**	**195,90**	**1754,60**	**23,61**	**0,54**	**267**	**10,7**	**0,32**	**193,08**	**3,32**	**0,51**	**26,04**

3 день

1,5-3 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
№414, сб. 2012 г.	Каша гречневая молочная жидкая	130,00	4,40	5,20	15,90	127,80	112,3	25,36	116,6	0,38	35,97	40,49	0,14	0,05	0,48
№302,сб.2018г.	Кофейный напиток с молоком	180	2,80	2,79	11,12	78,85	104,7	12,06	77,52	0,1	11,88	21,78	0	0,03	0,51
№3, сб.2018г.	Бутерброд с яйцом	40	4,90	2,90	14,20	106,54	104,8	15,09	84,38	0,66	20,58	23,8	0,43	0,05	0,07
	Итого за 'Завтрак '	**350,00**	**12,10**	**11,50**	**42,50**	**322,80**	**290,7**	**45,47**	**246,3**	**1,03**	**63,25**	**80,26**	**0,54**	**0,11**	**0,93**
	Второй завтрак														
	Сок фруктовый	180,00	0,90	0,20	17,60	75,10	10,5	6	10,5	2,1	0	0	0,15	0,02	3
	Итого за 'Второй завтрак '	**180,00**	**0,90**	**0,20**	**17,60**	**75,10**	**10,5**	**6**	**10,5**	**2,1**	**0**	**0**	**0,15**	**0,02**	**3**
	Обед														
№57, сб.2018г.	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	150/15	5,13	5,14	5,40	90,98	26,73	16,03	58,06	0,96	16,35	139,24	0,12	0,04	7,23
№131, сб.2018г.	Оладьи из печени по-кунцевски	80	16,04	12,65	10,74	223,26	18,39	18,6	244,5	4,99	3645	6391,7	5,26	0,19	9,91
№147, сб.2018г.	Картофельное пюре	130,00	2,90	4,00	16,60	114,70	49,77	23,39	77,38	0,78	15,11	30,63	0,12	0,09	7,68
№310, сб.2018г.	Чай с сахаром	180,00	0,10	0,00	6,30	25,60	5,24	2,82	3,45	0,71	0	1,8	0,07	0,01	1,44
	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	49,10	4,6	6,6	17,4	0,4	0	0	0,26	0,03	0
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	7	9,4	31,6	0,78	0	0,2	0,28	0,04	0
№30, сб.2018г.	Салат из свеклы с солеными огурцами	40	0,55	2,05	2,98	33,87	12,76	7,52	14,6	0,47	0	0,96	1,05	0,01	1,55
	Итого за 'Обед '	**650,00**	**31,10**	**19,20**	**68,00**	**591,40**	**124,5**	**84,35**	**447**	**9,08**	**3677**	**6564,5**	**7,16**	**0,4**	**27,8**
	Уплотненный полдник														
№142, сб.2018г.	Котлета куриная	80,00	14,19	15,35	1,15	199,67	22,21	13,68	127,6	1,24	46,07	85,63	1,1	0,04	0,56
№160, сб.2018 г.	Рагу из овощей	120	2,00	2,65	10,26	77,15	21,81	14,59	34,44	0,59	2,82	70,4	0,86	0,03	2,45
№300, сб. 2018г.	Чай с смолоком	180,00	2,60	2,80	13,90	91,80	2,22	3,29	4,99	0,19	0	0	0	0	0
	Хлеб ржаной	10	0,66	0,12	3,34	19,34	3,5	4,7	15,8	0,39	0	0,1	0,14	0,02	0
	Вафли	20,00	0,60	0,70	15,50	70,80	3,2	2	0,3	7,2	0	0	0	0,02	0
	Итого за 'Уплотненный полдник '	**370,00**	**19,20**	**20,90**	**47,50**	**456,60**	**49,73**	**36,26**	**182,9**	**2,41**	**48,89**	**156,14**	**2,1**	**0,1**	**3,02**
	Итого за день		**63,30**	**51,80**	**175,60**	**1445,90**	**475,4**	**172,1**	**886,7**	**14,6**	**3789**	**6800,9**	**9,96**	**0,63**	**34,75**

4 день

1,5-3 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
№78, сб.2018г.	Каша рисовая молочная жидкая	150	2,64	3,06	10,20	79,39	81,93	13,16	71,06	0,16	13,25	24,34	0,05	0,03	0,39
№304, сб.2018г.	Какао с молоком	180	2,86	2,77	9,74	75,09	97,23	17,62	80,73	0,44	10,8	19,85	0,01	0,03	0,47
№1, сб.2018г.	Бутерброд с яйцом	40	2,42	8,55	14,57	148,40	8,1	9,9	28	0,62	59	65,3	0,49	0,05	0
	Итого за 'Завтрак '	**370,00**	**8,00**	**14,90**	**36,40**	**313,00**	**207,1**	**45**	**248,9**	**2,12**	**183,1**	**213,49**	**0,78**	**0,12**	**0,86**
	Второй завтрак														
	Фрукты свежие	100	0,36	0,30	9,80	47,62	12,8	6,75	7,7	1,76	0	5	0,2	0,02	3
	Итого за 'Второй завтрак '		**0,36**	**0,30**	**9,80**	**47,62**	**12,8**	**6,75**	**7,7**	**1,76**	**0**	**5**	**0,2**	**0,02**	**3**
	Обед														
№17, сб.2018г.	Морковь отварная	40	0,48	0,03	2,41	13,44	10,04	13,13	19,07	0,25	0	808	0,16	0,01	0,28
№66, сб.2018г.	Суп картофельный с клецками и мясом	150/15	5,76	5,17	9,65	110,90	14,39	16,1	71,83	1,1	12,6	158,6	0,28	0,06	2,78
№111, сб.2018г.(50/20)	Тефтели из говядины (паровые)	70	6,84	5,30	6,19	101,51	24,92	14,41	78,42	0,64	11,81	9,63	0,14	0,03	0,55
№160, сб.2018г.	Рагу из овощей	120	2,00	2,66	10,23	77,07	21,79	14,58	34,4	0,59	2,75	70,68	0,89	0,03	2,45
№310, сб.2018г.	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,13	8,93	37,75	5,24	2,82	3,45	0,71	0	1,8	0,07	0,01	1,44
	Хлеб пшеничный	20,00	1,50	0,10	10,00	47,40	2,3	3,3	8,7	0,2	0	0	0,13	0,02	0
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед '	**630,00**	**20,30**	**17,50**	**65,50**	**507,20**	**89,17**	**78,43**	**263,3**	**4,65**	**27,16**	**1049**	**2,09**	**0,21**	**7,5**
	Уплотненный полдник														
№262, сб.2018г.	Оладьи со сгущенкой	100/30	9,15	9,06	49,85	322,05	126,2	21,79	135,4	0,8	15,87	28,85	3,43	0,1	0,37
№ 209, сб. Дели плюс 2015 г.	Чай с молоком	180	8,40	2,80	22,40	148,90	2,38	0,66	1,21	0,05	0	0,13	0,01	0	1,01
№300, сб.2018г.	**Итого за 'Уплотненный полдник**	**340,00**	**18,20**	**18,30**	**61,60**	**484,30**	**128,6**	**22,45**	**136,7**	**0,85**	**15,87**	**28,98**	**3,44**	**0,1**	**1,38**
	Итого за день		**46,90**	**51,10**	**172,70**	**1348,70**	**437,6**	**152,6**	**656,5**	**9,38**	**226,1**	**1296,5**	**6,51**	**0,46**	**12,74**

5 день

1,5-3 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
№208, сб.2018г.	Каша пшенная молочная жидкая	130	4,81	5,32	21,20	154,42	84,49	29,27	111,9	0,76	30,8	34,78	0,11	0,12	0,34
№302,сб.2018г.	Кофейный напиток на молоке	180	2,80	2,79	11,12	78,85	104,7	12,06	77,52	0,1	11,88	21,78	0	0,03	0,51
№3, сб.2018г.	Горячий бутерброд с сыром	40	4,90	2,90	14,20	106,54	104,8	15,09	84,38	0,66	20,58	23,8	0,43	0,05	0,07
	Итого за 'Завтрак '	**350,00**	**12,51**	**11,01**	**46,52**	**339,81**	**294**	**56,42**	**273,8**	**1,52**	**63,26**	**80,36**	**0,54**	**0,19**	**0,92**
	Второй завтрак														
	Сок фруктовый	180,00	0,90	0,20	18,20	77,40	10,5	6	10,5	2,1	0	0	0,15	0,02	3
	Итого за 'Второй завтрак '	180,00	0,90	0,20	18,20	77,40	10,5	6	10,5	2,1	0	0	0,15	0,02	3
	Обед														
№67 сб.2018г.	Суп картофельный с бобовыми и мясом	150/15	7,35	4,59	10,81	118,71	18,66	23,45	84,23	1,61	5,31	194,94	0,25	0,12	2,82
№82, сб.2018г.	Рыба, тушенная с овощами	130	11,49	5,67	3,87	114,41	12,5	12,69	22,54	0,39	0	587,6	3,05	0,02	1,68
№146, сб.2018г.	Картофель отварной	120	2,35	0,47	18,01	90,95	13,27	25,76	65,08	1,02	0	3,72	0,12	0,1	4,95
№310, сб.2018г.	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,13	8,93	37,75	5,24	2,82	3,45	0,71	0	1,8	0,07	0,01	1,44
	Хлеб пшеничный	20,00	1,50	0,10	10,00	47,40	2,3	3,3	8,7	0,2	0	0	0,13	0,02	0
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
№44, сб.2018г	Винегрет овощной .	40	0,57	3,98	3,10	52,28	10,93	7,78	17,19	0,33	0	80,72	1,82	0,02	5,31
	Итого за 'Обед '	**690,00**	**27,50**	**16,90**	**74,40**	**563,20**	**81,07**	**93,95**	**253,2**	**6,48**	**5,31**	**872,07**	**5,98**	**0,35**	**18,01**
	Уплотненный полдник														
№229, сб.2018г.	Макароны, запеченные с яйцом	100,00	5,20	4,20	18,20	132,00	29,44	6,46	52,51	0,62	58,54	19,59	0,03	0,04	0,19
	Хлеб пшеничный	10,00	0,80	0,10	5,00	23,70	2,3	3,3	8,4	0,2	0	8,4	0	0,02	0
№ 285, сб 2018г.	Плюшка Новомосковская	70,00	5,60	4,50	38,60	216,90	5,2	6	16,8	0,28	0	16,8	0	0,03	0
№355, Дели принт 2015г.	Кисель из кураги	180	0,89	0,05	19,84	88,14	28,36	16,44	28,29	0,52	0	104,94	0,99	0,01	0,29
	Итого за 'Уплотненный полдник '	**360,00**	**12,50**	**8,90**	**82,90**	**462,10**	**54,31**	**22,06**	**74,05**	**1,06**	**42,06**	**124,53**	**1,02**	**0,04**	**0,36**
	Итого за день		**53,30**	**37,40**	**222,30**	**444,20**	**439,8**	**178,4**	**611,5**	**11,2**	**110,6**	**1077**	**7,69**	**0,6**	**22,29**

6 день

1,5-3 года

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины					Ал
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг	
	Завтрак															
№206, сб.2018г.	Каша геркулесовая молочная жидкая	130	4,91	5,99	19,11	153,40	89,08	38,66	125,7	0,97	30,8	34	0,45	0,1	0,14	0
№300, сб.2018г.	Чай с молоком	180	0,15	0,03	5,91	24,73	2,38	0,66	1,21	0,05	0	0,13	0,01	0	1,01	0
№ 1, сб 2018г	Бутерброд с повидлом	40,00	**2,30**	**8,20**	**15,10**	**143,60**	6,9	9,9	26,1	0,6	0	0	0,39	0,05	0	0
	Итого за 'Завтрак '	**350,00**	**7,40**	**14,20**	**14,40**	**336,60**	**98,37**	**49,22**	**153**	**1,62**	**30,8**	**34,13**	**0,85**	**0,15**	**1,14**	**0**
	Второй завтрак															
	Фрукты свежие	100,00	0,80	0,20	7,30	36,90	10,24	5,4	6,16	1,41	0	4	0,16	0,01	2,4	0
	Итого за 'Второй завтрак '	100,00	0,80	0,20	7,30	36,90	**10,24**	**5,4**	**6,16**	**1,41**	**0**	**4**	**0,16**	**0,01**	**2,4**	**0**
	Обед															
№36, сб.2018г.	Салат "Здоровье"	40	0,68	1,81	3,45	34,74	13,69	11,63	21,07	0,42	0	339,7	0,1	0,02	3,22	0
№58, сб.2018г.	Рассольник ленинградский с мясом	150/15	6,90	6,52	9,63	128,03	16,2	17,85	77,35	1,04	9,81	163,19	0,25	0,05	3,88	0
№145, сб.2018г.	Картофельное пюре	100	14,72	11,17	12,62	214,79	27,35	29,51	123,2	1,42	11,98	594,74	0,59	0,07	2,65	0
	Грудка куриная в соусе	50,00	13,10	15,70	3,70	209,00	23,51	14,6	120,5	1,14	23,83			0,06	1,23	
№309, сб.2018г.	Компот из смеси сухофруктов	180	0,48	0,06	16,40	64,72	12,43	7,26	0	0,77	0	0	0	0,06	0,1	0
	Хлеб пшеничный	10,00	0,80	0,10	5,00	23,70	4,6	6,6	17,4	0,4	0	0	0,26	0,03	0	0
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0	0
	Итого за 'Обед '	**580,00**	**21,00**	**18,60**	**57,10**	**484,50**	**84,78**	**86,96**	**286,4**	**5,22**	**21,79**	**1097,9**	**1,62**	**0,29**	**9,85**	**0**
	Уплотненный полдник															
№285, сб.2018г.	Плюшка новомосковская	70	5,46	4,08	35,71	206,60	16,59	7,77	44,49	0,59	18,53	33,93	0,8	0,06	0,03	0
№ 150, сб.2018г.	Капуста тушеная	120,00	2,90	4,10	12,40	99,20	81,02	30,98	63,23	1,8	0,17	63,29	0	0,05	31,24	
	Хлеб пшеничный	10,00	0,80	0,10	5,00	23,70	4,6	6,6	17,4	0,4	0	0	0,26	0,03	0	
№296, сб.2018г.	Молоко кипяченое	180	5,18	5,35	8,12	100,27	200,5	23,13	148,7	0,17	22,79	41,78	0	0,05	0,99	0
	Итого за 'Полдник '	**420,00**	**16,30**	**17,40**	**70,00**	**504,40**	**217,1**	**30,9**	**193,2**	**0,76**	**41,32**	**75,7**	**0,8**	**0,12**	**1,01**	**0**
	Итого за день		**45,40**	**48,00**	**173,70**	**1318,20**	**410,5**	**172,5**	**638,7**	**9**	**93,91**	**1211,8**	**3,42**	**0,57**	**14,41**	**0**

7 день

1,5-3

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
№204, сб.2018г.	Каша манная молочная жидкая	130	5,02	5,96	19,95	154,85	127,4	17,44	104,5	0,31	38,7	19,59	0,03	0,06	0,55
№ 300, сб 2018	Чай с молоком	180	2,60	2,80	10,40	78,00	121,6	13,31	85,74	0,08	11,34	21,15	0,09	0,02	0,18
№3 сб.2018г.	Горячий бутерброд с сыром	40	5,00	2,96	14,49	108,71	106,9	15,4	86,1	0,67	21	23,8	0,43	0,05	0,07
	Итого за 'Завтрак '	**350,00**	**12,40**	**12,10**	**45,70**	**342,00**	**355,9**	**46,15**	**276,3**	**1,06**	**71,04**	**64,54**	**0,55**	**0,13**	**0,8**
	Второй завтрак														
	Сок фруктовый	180,00	0,90	0,20	17,60	75,10	10,5	6	10,5	2,1	0	0	0,15	0,02	3
	Итого за 'Второй завтрак '	180,00	0,90	0,20	17,60	75,10	10,5	6	10,5	2,1	0	0	0,15	0,02	3
	Обед														
№30, сб.2018г.	Салат из свеклы с солеными огурцами	40	0,55	2,05	2,98	33,87	12,76	7,52	14,6	0,47	0	0,96	1,05	0,01	1,55
№63, сб.2018г.	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	150/15	5,88	5,06	12,01	120,52	15,81	19,25	77,44	1,22	8,85	155,15	0,29	0,07	3,98
№102, сб.2018г. (50/20)	Котлеты с соусом	70	9,20	7,10	8,69	137,49	22,38	12,35	63,91	0,55	4,56	10,64	1,58	0,02	0,01
№150, сб.2018г.	Капуста тушеная	120	2,69	3,66	11,04	93,01	60,79	21,97	43,49	0,85	0	60,83	1,97	0,04	25,51
№320, сб.2018г.	Кисель из яблок	180	0,12	0,11	14,21	59,19	7,33	2,4	8,35	0,6	0	1,53	0,06	0,01	1,22
	Хлеб пшеничный	10,00	0,80	0,10	5,00	23,70	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед '	**620,00**	**20,80**	**23,60**	**68,20**	**574,40**	**129,6**	**77,58**	**255,2**	**4,85**	**13,41**	**229,4**	**5,36**	**0,2**	**32,27**
	Уплотненный полдник														
№238, сб.2018г.	Запеканка из творога с молоком сгущенным	120/15	20,80	15,30	23,80	322,40	177,6	24,99	196,3	0,53	72,05	82,77	0,39	0,05	0,39
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,10	10,00	47,40	4,6	6,6	16,8	0,4	0	16,8	0,08	0	0
	Фрукт	100	0,40	0,40	9,20	44,20	13,97	6,98	9,6	1,92	0	13,97	0	0,02	388
	Чай с лимоном и сахаром	180	0,15	0,03	5,91	24,73	2,38	0,66	1,21	0,05	0	0,13	0,01	0	1,01
№300, сб.2018г.	**Итого за 'Уплотненный полдник '**	**435,00**	**22,80**	**15,80**	**49,40**	**441,00**	**180**	**25,64**	**197,5**	**0,58**	**72,05**	**82,89**	**0,4**	**0,05**	**1,4**
	Итого за день		**56,90**	**51,70**	**180,90**	**1432,50**	**680,5**	**157,4**	**752,5**	**8,75**	**180,5**	**403,23**	**6,66**	**0,41**	**37,46**

8 день 1,5-3 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
№208, сб.2018г.	Каша пшенная молочная жидкая	130	4,81	5,32	21,20	154,42	84,49	29,27	111,9	0,76	30,8	34,78	0,11	0,12	0,34
№302, сб.2018г.	Кофейный напиток с молоком	180	2,80	2,79	11,12	78,85	104,7	12,06	77,52	0,1	11,88	21,78	0	0,03	0,51
№1, сб.2018г.	Бутерброд с повидлом	40	2,42	8,55	14,57	148,40	8,1	9,9	28	0,62	59	65,3	0,49	0,05	0
	Итого за 'Завтрак '	**350,00**	**10,03**	**16,66**	**46,89**	**381,67**	**197,3**	**51,23**	**217,4**	**1,49**	**101,7**	**121,86**	**0,6**	**0,19**	**0,86**
	Второй завтрак														
	Фрукты свежие	100,00	0,40	0,40	9,50	45,60	11,52	6,08	6,93	1,58	0	4,5	0,18	0,01	2,7
	Итого за 'Второй завтрак '	100,00	0,40	0,40	9,50	45,60	11,52	6,08	6,93	1,58	0	4,5	0,18	0,01	2,7
	Обед														
№27, сб.2018 г.	Салат из свеклы с растительным маслом	40	0,67	3,21	3,31	46,40	16,96	9,38	18,5	0,6	0	0,94	1,51	0,01	0,94
№142, сб.шк.2004г.	Борщ с капустой, картофелем и мясом	150	4,13	3,61	11,54	98,73	18,47	25,33	83,05	0,85	8,85	133,63	0,36	0,08	5,89
№129, сб.2018г.(120/30)	Голубцы ленивые	150	10,96	9,43	10,56	175,49	47,48	30,18	125,1	1,31	36,07	101,74	0,27	0,05	10,4
№309, сб.2018г.	Компот из кураги	180	0,48	0,06	16,40	64,72	12,43	7,26	0	0,77	0	0	0	0,06	0,1
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед '	**555,00**	**18,00**	**17,70**	**50,60**	**435,70**	**105,9**	**86,25**	**274,1**	**4,7**	**44,92**	**236,61**	**2,57**	**0,24**	**17,33**
	Уплотненный полдник														
№235, сб.2018г.	Омлет с морковью(вареный на пару)	150	11,16	12,90	4,56	180,11	115,6	29,57	215,3	2,29	234,7	1031,7	0,69	0,09	1,02
№298, сб. 2018г.	Молоко кипяченое	180,00	5,20	5,30	8,10	122,80	0,18	0	0	0,02	0	0	0	0	0
	Печенье	20,00	1,50	1,90	14,60	81,40	5,2	6	16,8	0,28	0	16,8	0	0,03	0
	Хлеб пшеничный	10	0,79	0,10	4,83	24,55	2,3	3,3	8,7	0,2	0	0	0,13	0,02	0
	Итого за 'Уплотненный полдник '	**380,00**	**16,90**	**20,20**	**33,60**	**355,70**	**225,6**	**42,33**	**281,7**	**2,27**	**152,2**	**1052,8**	**0,91**	**0,1**	**0,59**
	Итого за день		**46,20**	**54,90**	**147,10**	**1274,70**	**540,3**	**185,9**	**780,1**	**10**	**298,8**	**1415,8**	**4,26**	**0,55**	**21,48**

9 день 1,5-3 лет

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки всего	Жиры, всего	Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
							Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак														
№207, сб.2018г.	Каша рисовая молочная жидкая	130	3,27	4,73	18,57	131,61	81,24	18,33	84,43	0,27	30,8	34,69	0,11	0,04	0,35
№304, сб.2018г.	Какао с молоком	180	2,86	2,77	9,74	75,09	97,23	17,62	80,73	0,44	10,8	19,85	0,01	0,03	0,47
№1, сб.2018г.	Бутерброд с яйцом	40	2,42	8,55	14,57	148,40	8,1	9,9	28	0,62	59	65,3	0,49	0,05	0
	Итого за 'Завтрак '	**350,00**	**8,56**	**16,05**	**42,88**	**355,11**	**186,6**	**45,84**	**193,2**	**1,33**	**100,6**	**119,84**	**0,61**	**0,11**	**0,82**
	Второй завтрак														
	Сок фруктовый	180,00	0,90	0,20	18,20	77,40	10,5	6	10,5	2,1	0	0	0,15	0,02	3
	Итого за 'Второй завтрак '	180,00	0,90	0,20	18,20	77,40	**10,5**	**6**	**10,5**	**2,1**	**0**	**0**	**0,15**	**0,02**	**3**
	Обед														
№29, сб.2018г.	Салат из свеклы с яблоками	40	0,40	1,99	3,30	34,03	10,81	6,06	11,15	0,58	0	1,11	0,05	0,01	1,68
№57, сб.2018 г.	Щи из свежей капусты с картофелем и мясом	150	5,60	5,80	5,30	98,60	26,65	12,03	28,35	0,46	16,35	139,24	0,12	0,03	7,21
№85, сб.2018г.	Котлеты или биточки рыбные с соусом	80/30	13,69	10,35	12,62	201,38	49,07	31,78	133,7	0,82	7,47	21,91	3,38	0,06	0,09
ТК	Картофельное пюре	120	2,35	0,47	18,01	90,95	12,47	25,71	64,91	1,01	0	3,72	0,12	0,1	4,95
№310, сб.2018г.	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,13	8,93	37,75	5,24	2,82	3,45	0,71	0	1,8	0,07	0,01	1,44
	Хлеб пшеничный	10,00	0,80	0,01	5,00	23,70	2,3	3,3	8,4	0,2	0	8,4	0	0,02	0
	Хлеб ржаной	35,00	2,30	0,30	14,80	71,40	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед '	**645,00**	**22,60**	**17,00**	**70,20**	**533,20**	**108,3**	**84,33**	**301**	**5,76**	**23,82**	**168,07**	**4,16**	**0,27**	**15,37**
	Уплотненный полдник														
№245, сб.2018г. (125/30)	Оладьи из творога со сгущеным молоком	155	17,25	12,24	41,27	344,53	147,4	24,86	194,8	1,01	89,6	0,6	0,06	0,08	2
№296, сб.2018г.	Чай с молоком и зефиром	180/18	3,40	9,90	19,20	180,00	222,8	25,7	165,2	0,18	25,32	46,42	0	0,06	1,1
	Итого за "Уплотненный полдник '	**349,00**	**21,40**	**19,20**	**69,70**	**500,60**	**347,9**	**47,99**	**343,5**	**1,17**	**112,4**	**42,38**	**0,06**	**0,13**	**2,99**
	Итого за день		**53,50**	**52,70**	**190,20**	**1461,30**	**659,7**	**192,3**	**836,1**	**9,35**	**236,8**	**330,29**	**4,98**	**0,52**	**22,17**

10 день 1,5-3

№	Наименование блюда	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углево-ды, г	ЭЦ, ккал	Минеральные элементы (мг)				Витамины				
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			Ca	Mg	P	Fe	A,мкг	РЭ,мкг	ТЭ,мг	B1,мг	C,мг
	Завтрак																
№78, сб.2018г.	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,29	2,18	3,12	0,00	11,92	89,79	83,55	10,93	68,45	0,25	13,25	24,34	0,19	0,04	0,39
№2 , сб.2018г	Бутерброд с повидлом	40,00	4,80	0,00	7,50	0,00	15,10	147,70	110	15,13	86,82	0,68	0,06	0	0,13	0,05	0,07
№302,сб.2018г.	Кофейный напиток на молоке	180	2,80	2,87	2,79	0,00	11,12	78,85	104,7	12,06	77,52	0,1	11,88	21,78	0	0,03	0,51
	Итого за 'Завтрак '	**375,00**	**16,10**		**18,60**	**0,00**	**41,00**	**396,70**	**314,1**	**46,37**	**300,1**	**2,07**	**125,1**	**150,12**	**0,56**	**0,1**	**0,9**
	Второй завтрак																
	Фрукты свежие	100,00	0,80	0,00	0,20		7,30	36,90	33,95	10,67	16,49	0,1	0	3,5	0,14	0,01	2,1
	Итого за 'Второй завтрак '	100,00	0,80	0,00	0,20		7,30	36,90	33,95	10,67	16,49	0,1	0	3,5	0,14	0,01	2,1
	Обед																
№60, сб.2018г.	Борщ с капустой и картофелем	150	1,20		2,00	0,00	7,60	56,00	21,31	12,51	28,09	0,58	9,81	144,4	0,14	0,02	4,77
№20 (ПОГр 2)	Плов из птицы	150,00	14,20		18,40	0,00	26,70	329,00	19,76	29,83	143,9	1,36	3679	6454,4	1,13	0,19	9,91
№296, сб.2018г.	Компот из смеси сухофруктов	180	5,18	5,51	5,35	0,00	8,12	100,27	200,5	23,13	148,7	0,17	22,79	41,78	0	0,05	0,99
	Хлеб пшеничный	10	0,79	0,00	0,10	0,00	4,83	24,55	2,3	3,3	8,7	0,2	0	0	0,13	0,02	0
№33, сб. Дели плюс 2012г	Салат из белокачанной капусты	40,00	0,40	0,00	1,20	6,80			18,9	0,45	0		0	0,02			
	Хлеб ржаной	40,00	1,98	0,00	0,36	0,00	10,02	58,01	10,5	14,1	47,4	1,17	0	0,3	0,42	0,05	0
	Итого за 'Обед '	**570,00**	**18,90**		**20,90**	**0,00**	**64,20**	**522,10**	**335,7**	**108,4**	**565,2**	**8,09**	**3746**	**7582,8**	**2,14**	**0,43**	**50,2**
	Уплотненный полдник																
№17, сб. 2018г.	Рыба, тушенная в томате с овощами	130	11,58	0,00	4,66	4,11	3,87	105,66	10,46	12,58	22,16	0,37	0	587,6	2,48	0,02	1,68
№82, сб.2018г.	Молоко кипяченое	180	5,30	5,90	6,70	110,10	14,00	93,00	2,38	0,66	1,21	0,05	0	0,13	0,01	0	1,01
№394, сб.2012г.	Хлеб пшеничный	20	1,58	0,00	0,20	0,00	9,66	49,10	4,6	6,6	17,4	0,4	0	0	0,26	0,03	0
	Пюре картофельное	120,00	2,10	4,10	13,90	101,50	29,42	20,71	19,8	4,32	69,12	0,9	100	104	0,24	0,02	0
№ 209, сб.Дели плюс 2015г.	**Итого за 'Полдник '**	**490,00**	**22,20**	**16,80**	**39,30**	**401,00**	**19,44**	**179,49**	**17,44**	**19,84**	**40,76**	**0,82**	**0**	**587,73**	**2,75**	**0,05**	**2,69**
	Итого за день		**52,80**	**49,60**	**153,10**	**1282,20**	**143,30**	**1257,20**	**572,4**	**163,6**	**835,1**	**11,6**	**3872**	**8324,1**	**5,59**	**0,59**	**55,9**