

1 ДЕНЬ 3-7 ЛЕТ

№ тех. к.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
32	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,21	7,47	25,09	192	182,62	0,31	0,08	0,06	1,95
15	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,2	1,3	13	90	109,78	0,02	0,03	0,03	1,17
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			9,71	13,13	52,71	390	299	0,67	0,14	0,12	3,12
2 ЗАВТРАК											
К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0	0	11,2	44,8	0	0	0	0	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			0	0	11,2	44,8	0	0	0	0	0
ОБЕД											
67	СУП-УХА	250	5,3	6,5	25,3	150,3	26,62	1,2	0,14	0,08	12,05
26	СОСИСКА ОТВАРНАЯ	35	4,33	5,58	0,45	76,16	8,41	0,59	0,017	0,035	0
30	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С	150	5,34	6,96	31,45	203	14,63	0,07	0,06	0,02	5,95
20	КИСЕЛЬ	200	0	0	18	60	0,48	0,07	0	0	0
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			17,8	21,22	120,27	695,3	61,73	3,9	0,41	0,31	18
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
51	ИКРА МОРКОВНАЯ	60	0,93	4,88	5,53	70	26,52	0,49	0,03	0,01	2,2
63	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	1 ШТ	5,1	4,6	0,3	63	22	1	0,03	0,18	0
31	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/12/5	0,04	0	12,13	47	2,35	0,09	0	0	2
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,54	3,46	9,75	78	4,48	0,23	0,02	0,02	0
К/К	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1	2,86	20,8	0,039	0,026	13
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			8,13	13,46	40,45	319,1	58,21	22,61	0,119	0,236	17,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			35,64	47,81	224,63	1449,2	418,94	27,18	0,669	0,666	38,32

2 день 3-7 ЛЕТ

тех.карт	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
23	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,64	7,59	28,13	204	198,46	0,55	0,12	0,08	1,95
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,3	1,3	14	92	108,24	0,02	0,02	0,02	1
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			10,24	13,25	56,75	404	313,3	0,91	0,17	0,13	2,95
2 ЗАВТРАК											
97	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,12	0,05	9,16	50	2,25	0,11	0,006	0	7,3
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			0,12	0,05	9,16	50	2,25	0,11	0,006	0	7,3
ОБЕД											
69	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,2	6,9	0,18	0,01	0,01	3
25	РАССОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/6	4,1	7,16	20,93	145	29,69	1,07	0,11	0,07	8,2
6	КОТЛЕТЫ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,84	8,02	7,16	139,13	27,03	0,86	0,04	0,06	0,81
7	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,69	1,95	3,09	31	0	0,39	0,01	0,1	0
8	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,05	5,24	18,06	142	46,18	1,06	0,14	0,1	17,95
9	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,48	0	23,8	90	49,14	0,01	0	0	0,4
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			22,51	24,92	101,25	691,33	132,76	5,07	0,38	0,45	12,41
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
43	ПИРОЖОК С МОРКОВЬЮ	70	4,51	5,04	28,47	189	30,76	0,52	0,08	0,04	21,6
13	ЧАЙ С САХАРОМ	180/12	0	0	11,98	43	0,35	0,06	0	0	0,35
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			4,51	5,04	40,45	232	31,11	0,58	0,08	0,04	21,95
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			37,38	43,26	207,61	1377,33	479,42	6,67	0,636	0,62	44,61

3 день 3-7 ЛЕТ

№ техно.	Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества				Энергетическ	Витамины				
		Масса порции	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
1	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	5,76	6,63	18,28	156	199,75	0,22	0,07	0,09	1,17
13	ЧАЙ С САХАРОМ	180/12	0	0	11,98	43	0,35	0,06	0	0	0,35
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			8,06	10,99	44,88	307	206,7	0,62	0,1	0,12	1,52
2 ЗАВТРАК											
21	РЯЖЕНКА	100	2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ОБЕД											
67	СУП С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ С МЯСОМ ПТИЦЫ	250/13	6,45	5,16	21,92	148,87	35,62	1,29	0,21	0,08	6,05
42	СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	60	7,5	11,2	3,42	250,3	31,96	1,4	0,1	0,08	0,09
27	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,02	5,66	10,14	109,5	83,07	1	0,05	0,03	18,3
97	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,24	0,1	18,33	100	4,5	0,23	0,01	0	15
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			24,37	24,22	89,19	781,17	92,08	5,48	0,53	0,37	21,14
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
55	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	110/15	5,34	7,2	22,68	281,1	182,53	0,82	0,07	0,22	0,31
31	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/12/5	0,04	0	12,13	47	2,35	0,09	0	0	2
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			5,38	7,2	34,81	328,1	184,88	0,91	0,07	0,22	2,31
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			40,75	45,65	172,93	1476,07	497,26	7,32	0,74	0,74	25,83

4 день 3-7 ЛЕТ

№ техно	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическ	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
14	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ	200	7,01	8,09	28,39	213	185,34	0,77	0,14	0,02	1,95
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,3	1,3	14	92	108,24	0,02	0,02	0,02	1
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ		10,61	13,75	57,01	413	300,18	1,13	0,19	0,07	2,95
2 ЗАВТРАК											
21	СНЕЖОК	100	2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ		2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ОБЕД											
5	БОРЩ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10	3,52	5,98	9,78	117	43,14	1,09	0,05	0,03	9,74
6	БИТОЧКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	9,84	8,02	7,16	139,13	27,03	0,86	0,04	0,06	0,81
7	СОУС КРАСНЫЙ ОСНОВНОЙ	50	0,69	1,95	3,09	31	0	0,39	0,01	0,1	0
59	РИС ОТВАРНОЙ С ОВОЩАМИ	180	4,63	8,4	30,72	254,4	5,8	1,02	0,05	0,024	7,14
9	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,48	0	23,8	90	49,14	0,01	0	0	0,4
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ		21,69	21,76	86,26	628,13	139,31	4,52	0,3	0,3	10,95
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
73	ЗАПЕКАНКА ОВОЩНАЯ	200/4	5,97	8,3	15,3	203,5	83,55	1,37	0,13	0,13	5,3
13	ЧАЙ С САХАРОМ	180/12	0	0	11,98	43	0,35	0,06	0	0	0,35
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,54	3,46	9,75	78	4,48	0,23	0,02	0,02	0
	ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ		5,97	8,3	27,28	246,5	83,9	1,43	0,13	0,13	5,65
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ		41,21	47,05	174,6	1347,43	536,99	7,39	0,66	0,53	20,41

5 день 3-7 ЛЕТ

№ тех. к	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
14	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ	200	6,21	7,73	27,71	201	182,3	0,5	0,1	0,1	1,95
13	ЧАЙ С САХАРОМ	180/12	0	0	11,98	43	0,35	0,06	0	0	0,35
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			8,51	12,09	54,31	352	189,25	0,9	0,13	0,13	2,3
2 ЗАВТРАК											
97	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,12	0,05	9,16	50	2,25	0,11	0,006	0	7,3
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			0,12	0,05	9,16	50	2,25	0,11	0,006	0	7,3
ОБЕД											
69	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,2	6,9	0,18	0,01	0,01	3
34	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С МЯСОМ И	250/12/6	3,68	7,07	8,58	118	46,81	0,85	0,06	0,04	19,41
29	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	6,83	3,81	24,8	99,75	38,59	0,77	0,05	0,08	0,37
8	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,05	5,24	18,06	142	46,18	1,06	0,14	0,1	17,95
20	КИСЕЛЬ	200	0	0	18	60	0,48	0,07	0	0	0
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			17,91	18,67	97,65	563,95	112,78	4,43	0,33	0,34	22,78
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
28	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	5,6	4,3	24,48	182,3	55,05	0,46	0,09	0,1	0,3
76	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180/12	0,8	1	13,5	56	60,35	0,09	0,02	0,07	0,65
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			6,4	5,3	37,98	238,3	115,4	0,55	0,11	0,17	0,95
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			32,94	36,11	199,1	1204,25	419,68	5,99	0,576	0,64	33,33

6 день 3-7 ЛЕТ

№ тех.карт	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
37	ОМЛЕТ	100	9,01	12,51	2,24	156,25	79,98	1,2	0,05	0,04	0,49
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,3	1,3	14	92	108,24	0,02	0,02	0,02	1
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			12,61	18,17	30,86	356,25	194,82	1,56	0,1	0,09	1,49
2 ЗАВТРАК											
К/К	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,12	0,05	9,16	50	2,25	0,11	0,006	0	7,3
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			0,12	0,05	9,16	50	2,25	0,11	0,006	0	7,3
ОБЕД											
34	ПИЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С ТУШЕНКОЙ ИЗ ГОВЯДИНЫ	250/30	3,68	7,07	8,58	118	46,81	0,85	0,06	0,04	19,41
33	СЕЛЬДЬ СОЛЕНАЯ	60	5,3	6,5	0,91	116	39,9	0,59	0,01	0,05	1
8	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,05	5,24	18,06	142	46,18	1,06	0,14	0,1	17,95
97	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,24	0,1	18,33	100	4,5	0,23	0,01	0	15
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			16,38	21,43	73,34	616	111,21	4,23	0,29	0,3	35,41
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
50	КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200									
31	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/12/5	0,04	0	12,13	47	2,35	0,09	0	0	2
К/К	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	15	83,4	10,8	0,4	0	0	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			0,04	0	12,13	47	2,35	0,09	0	0	2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			29,15	39,65	125,49	1069,25	310,63	5,99	0,396	0,39	46,2

7 день 3-7 ЛЕТ

тех. кар	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
22	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩ.МОЛОКОМ	140/20	19,6	16,7	43,1	475,3	299,52	1	0,1	0,2	0,54
13	ЧАЙ С САХАРОМ	180/12	0	0	11,98	43	0,35	0,06	0	0	0,35
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			21,9	21,06	69,7	626,3	306,47	1,4	0,13	0,23	0,89
2 ЗАВТРАК											
К/К	ЙОГУРТ	100	2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ОБЕД											
57	СУП С КЛЕЦКАМИ С МЯСОМ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОЙ	250,13	5,16	7,05	18,95	196,8	29,48	1,36	0,15	0,2	5,31
48	ПТИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	60	7,42	9,33	2,58	106	10,41	0,83	0,04	0,03	1,5
90	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	180	2,67	4,82	12,19	104	60,14	1,01	0,06	0,05	17,2
9	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,48	0	23,8	90	49,14	0,01	0	0	0,4
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			20,22	24,14	90,85	674,8	109,03	4,76	0,4	0,44	7,21
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
77	МАННИК С ПОВИДЛОМ	60/30	5,15	9,86	28,88	186,9	101,22	0,33	0,05	0,06	0,44
76	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180/12	0,8	1	13,5	56	60,35	0,09	0,02	0,07	0,65
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			5,95	10,86	42,38	242,9	161,57	0,42	0,07	0,13	1,09
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			51,01	59,3	206,98	1603,8	590,67	6,89	0,64	0,83	10,05

8 день 3-7 ЛЕТ

тех. код	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
39	СУП МОЛОЧНЫЙ С ВЕРМИШЕЛЬЮ	200	5,85	5,81	19,99	155	188	0,36	0,08	0,14	1
2	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,3	1,3	14	92	108,24	0,02	0,02	0,02	1
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			9,45	11,47	48,61	355	302,84	0,72	0,13	0,19	2
2 ЗАВТРАК											
97	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	100	0,12	0,05	9,16	50	2,25	0,11	0,006	0	7,3
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			0,12	0,05	9,16	50	2,25	0,11	0,006	0	7,3
ОБЕД											
69	ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,2	6,9	0,18	0,01	0,01	3
70	СВЕКОЛЬНИК С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	250/10/6	3,38	5,2	11,03	116,11	38,04	1,31	0,07	0,05	7,97
42	РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	60	6,01	4,09	29,95	70	25,9	0,32	0,04	0,035	0,35
8	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,44	4,19	14,45	113,6	36,94	0,85	0,11	0,08	14,36
20	КИСЕЛЬ	200	0	0	18	60	0,48	0,07	0	0	0
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			19,23	21,27	119,7	645,91	128,26	5,29	0,44	0,385	25,68
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
17	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ С ЛУКОМ	60	3,66	5,43	21,38	148,5	14,06	0,03	0,13	0,05	0,75
63	ЯЙЦО ОТВАРНОЕ	1 ШТ	5,1	4,6	0,3	63	22	1	0,03	0,18	0
31	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/24	0,04	0	9,1	35	1,87	0,08	0	0	1,6
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,54	3,46	9,75	78	4,48	0,23	0,02	0,02	0
К/К	ЯБЛОКО	130	0,52	0,52	12,74	61,1	2,86	20,8	0,039	0,026	13
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			10,86	14,01	53,27	385,6	45,27	22,14	0,219	0,276	15,35
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			39,66	46,8	230,74	1436,51	478,62	28,26	0,795	0,851	50,33

9 день 1,5-3 года

№ тех. карт	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
68	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,44	7,53	25,38	192	186,58	0,95	0,11	0,05	1,95
13	ЧАЙ С САХАРОМ	180/12	0	0	11,98	43	0,35	0,06	0	0	0,35
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			8,74	11,89	51,98	343	193,53	1,35	0,14	0,08	2,3
2 ЗАВТРАК											
21	ВАРЕНЕЦ	100	2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ОБЕД											
41	СУП С ВЕРМИШЕЛЬЮ С МЯСОМ	250/11	10,3	9,16	20,1	202,3	31	2,16	0,16	0	6,5
64	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,98	9,49	7,31	150,5	4,59	0,23	0,04	0,04	0,79
4	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	60	1,13	4,56	4,09	64	16,45	0,61	0,03	0,05	4,48
9	КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ	200	0,48	0	23,8	90	49,14	0,01	0	0	0,4
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			26,92	26,41	96,73	724,8	104,73	4,96	0,41	0,25	7,69
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
49	ПУДИНГ ТВОРОЖНЫЙ С ПО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/20	16,78	22,19	35,78	422	0,09	0,26	0,33	0	202,11
76	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180/12	0,8	1	13,5	56	60,35	0,09	0,02	0,07	0,65
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			17,58	23,19	49,28	478	60,44	0,35	0,35	0,07	202,76
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			56,18	64,73	202,04	1605,6	372,3	6,97	0,94	0,43	213,61

10 день 1,5-3 года

№ тех. к.	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			ЭЦ	Витамины				
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		Ca	Fe	B1	B2	C
ЗАВТРАК											
84	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ	200	6,35	8,51	21,86	187	188,95	0,82	0,13	0,04	1,95
15	КАКАО С МОЛОКОМ	180	1,2	1,3	13	90	109,78	0,02	0,03	0,03	1,17
16	БАТОН С МАСЛОМ	30 5	2,3	4,36	14,62	108	6,6	0,34	0,03	0,03	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			9,85	14,17	49,48	385	305,33	1,18	0,19	0,1	3,12
2 ЗАВТРАК											
21	ЙОГУРТ <i>Сок</i>	100	2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			2,94	3,24	4,05	59,8	13,6	0,31	0,04	0,03	0,86
ОБЕД											
69	ПОМИДОРЫ СВЕЖИЕ	30	0,24	0,03	0,75	4,2	6,9	0,18	0,01	0,01	3
67	СУП С ФАСОЛЬЮ С МЯСОМ ПТИЦЫ	250/13	6,5	5,2	22,09	150	35,89	1,3	0,21	0,08	6,1
71	ГОЛУБЦЫ МЯСНЫЕ	70	5,75	4,45	4,19	79,63	23,7	0,6	0,03	0,04	8,72
20	КИСЕЛЬ	200	0	0	18	60	0,48	0,07	0	0	0
К/К	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	3,83	7,26	24,36	180	11	0,56	0,05	0,05	0
К/К	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,33	0,5	21,16	102	9	2	0,16	0,16	0
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			19,65	17,44	90,55	575,83	86,97	4,71	0,46	0,34	17,82
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК											
43	ПИРОЖОК, ПЕЧЕННЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ	70	4,51	5,04	28,47	189	30,76	0,52	0,08	0,04	21,6
10	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,8	5	9,6	108	240	0,2	0,08	0,3	2,6
ИТОГО ЗА ПРИЕМ ПИЩИ			10,31	10,04	38,07	297	270,76	0,72	0,16	0,34	24,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ			42,75	44,89	182,15	1317,63	676,66	6,92	0,85	0,81	46