

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 14
общеразвивающего вида с приоритетным осуществлением деятельности по одному из
направлений развития детей (познавательно-речевого), II (вторая) категория
(МБДОУ д/с №14)

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ д/с №14
/ О.А. Макеич
« 04 » 04 2022г.



Примерное основное 20-дневное меню для детей с 1,5 до 3 лет, с 3 до 7 лет

г. Дивногорск, 2022 год

День: понедельник (день 1)
Неделя: первая
Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: понедельник (день 1)
Неделя: первая
Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
32	Каша манная молочная жидкая	150	4,79	4,40	19,63	139,00	1,47	32	Каша манная молочная жидкая	200	6,39	5,87	26,17	185,33	1,96
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07	3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	375	9,43	11,16	40,46	302,00	1,54		Итого	455	12,57	14,14	50,47	383,33	2,06
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
Обед								Обед							
12,79	Маринад овощной с томатом или салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой	40	0,62	4,02	4,13	57,78	1,79	12,79	Маринад овощной с томатом или салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой	60	0,93	6,03	6,20	86,67	2,69
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93	25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,80	16,76	116,11	6,57
19	Жаркое по-домашнему	150	9,52	10,13	14,00	190,91	7,77	19	Жаркое по-домашнему	200	12,69	13,51	18,67	254,55	10,36
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42	9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	530	15,30	18,23	65,82	494,57	14,91		Итого	710	20,25	24,94	84,74	651,33	20,12
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	55	1,60	2,15	38,50	158,27	0,00	ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	80	1,80	2,40	42,02	174,02	0,00
	Итого	235	6,82	7,91	45,70	264,47	1,26		Итого	280	7,60	8,80	50,02	292,02	1,40
Ужин								Ужин							
67	Суп с рыбными консервами	180	3,82	4,68	18,22	108,22	8,68	67	Суп с рыбными консервами	200	4,24	5,20	20,24	120,24	9,64
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
76	Чай с молоком	180	3,48	3,00	11,77	90,00	1,56	76	Чай с молоком	200	3,91	3,37	13,50	102,00	1,75
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
	Итого	455	9,20	8,18	46,98	280,67	17,74		Итого	510	11,25	9,22	57,96	340,09	18,89
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		40,99	45,61	211,09	1396,91	37,85		Итого за день		52,07	57,31	263,40	1758,77	46,47
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		97,60	97,04	103,99	99,78	84,11		Процент удовлетворения суточной потребности		96,43	95,52	100,92	97,71	92,94

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: вторник (день 2)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: вторник (день 2)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
50	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	5,60	19,56	144,00	1,46	50	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,55	7,47	26,08	192,00	1,95
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87	2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05	86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	370	11,01	10,70	53,83	350,00	3,38		Итого	445	13,33	13,17	64,61	424,00	4,08
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Напиток витаминизированный	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
Обед								Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00	11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85	5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	7,80
146	Рулет из говядины	60	9,36	7,38	3,96	120,00	0,00	146	Рулет из говядины	70	10,92	8,61	4,62	140,00	0,00
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40	91	Картофельное пюре	140	2,84	4,89	16,85	132,54	9,80
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	11,79	50,00	2,25	20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	16,59	70,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	550	16,51	15,74	56,58	450,87	19,50		Итого	720	20,01	19,05	72,09	560,63	26,60
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
36	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30	36	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30
	Итого	230	12,68	12,84	47,49	378,20	1,56		Итого	250	13,26	13,48	48,29	390,00	1,70
Ужин								Ужин							
156	Капуста тушеная с мясом	250	9,49	10,67	11,74	192,00	31,55	156	Капуста тушеная с мясом	250	9,49	10,67	11,74	192,00	31,55
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
	Итого	525	11,39	11,17	34,74	299,45	39,05		Итого	560	12,59	11,32	42,98	338,85	39,05
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		51,83	50,58	204,77	1533,72	65,89		Итого за день		59,19	57,02	247,37	1788,48	91,43
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		123,40	107,62	100,87	109,55	146,42		Процент удовлетворения суточной потребности		109,61	95,03	94,78	99,36	182,86

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: среда (день 3)
Неделя: первая
Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: среда (день 3)
Неделя: первая
Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
37	Омлет натуральный с маслом	185	16,46	18,51	4,25	248,64	0,92	37	Омлет натуральный с маслом	185	16,46	18,51	4,25	248,64	0,92
15	Какао с молоком	180	2,81	2,55	17,51	109,14	0,00	15	Какао с молоком	200	3,30	3,00	20,60	128,40	0,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07	3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	410	23,91	27,82	36,58	495,78	0,99		Итого	440	25,94	29,78	42,13	546,04	1,02
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
Обед								Обед							
148	Салат из зеленого горошка с соленым огурцом	40	0,88	3,39	1,98	42,67	3,23	148	Салат из зеленого горошка с соленым огурцом	60	1,33	5,08	2,98	64,00	4,85
52	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	150	1,10	2,88	14,69	73,35	4,97	52	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	200	1,46	3,84	19,59	97,80	6,62
100	Птица отварная	60	7,54	5,87	18,86	145,71	5,23	100	Птица отварная	70	8,80	6,85	22,00	170,00	6,10
140	Соус сметанный натуральный	15	0,44	4,81	1,43	49,20	0,06	140	Соус сметанный натуральный	25	0,73	8,02	2,39	82,00	0,10
65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	110	3,30	4,70	16,06	192,86	0,00	65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	180	5,40	7,68	26,28	315,60	0,00
54	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	54	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	565	15,62	22,25	81,71	634,59	16,49		Итого	785	20,68	32,23	108,85	892,40	21,67
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	4,80	3,70	20,98	156,30	0,26	28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	5,60	4,30	24,48	182,30	0,30
	Итого	240	10,02	9,46	28,18	262,50	1,52		Итого	270	11,40	10,70	32,48	300,30	1,70
Ужин								Ужин							
109	Картофель тушеный	120	2,30	3,37	14,79	105,60	8,10	109	Картофель тушеный	130	2,49	3,65	16,02	114,40	8,78
33	Сельдь с маслом растительным	70	11,56	10,91	0,00	143,50	0,00	33	Сельдь с маслом растительным	70	11,56	10,91	0,00	143,50	0,00
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
	Итого	465	15,80	14,78	37,91	357,55	17,20		Итого	510	17,19	15,21	47,41	406,75	18,28
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		65,59	74,44	196,51	1805,62	38,60		Итого за день		75,61	88,13	251,08	2237,49	46,67
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		156,17	158,38	96,80	128,97	85,78		Процент удовлетворения суточной потребности		140,02	146,88	96,20	124,31	93,34

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: четверг (день 4)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: четверг (день 4)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76	39	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,01	1,01
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	405	11,79	12,77	36,10	306,26	0,76		Итого	480	13,63	14,26	44,57	361,01	1,01
2 завтрак								2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26		Итого	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Обед								Обед							
108	Салат "Степной"	40	0,70	4,08	4,08	56,67	3,94	108	Салат "Степной"	60	1,05	6,13	6,12	85,00	5,91
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	3,09	4,22	11,35	104,70	3,18	57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	200	4,12	5,63	15,13	139,60	4,24
59	Рис отварной с овощами	110	2,83	5,14	18,70	155,46	4,37	59	Рис отварной с овощами	180	4,63	8,41	30,60	254,40	7,15
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16	58	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	11,81	5,58	1,75	103,08	1,45
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	570	18,61	18,54	70,45	561,09	15,65		Итого	790	13,00	20,98	96,76	687,00	21,30
Подник								Подник							
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87	2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	60	3,96	4,35	21,19	150,00	3,49	95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	70	4,62	5,08	24,72	175,00	4,07
	Итого	240	8,49	9,21	34,20	261,00	5,36		Итого	270	9,70	10,50	39,53	300,00	6,15
Ужин								Ужин							
64	Тефтели из говядины с рисом	60	7,69	8,14	6,26	129,00	0,67	64	Тефтели из говядины с рисом	70	8,97	9,49	7,31	150,50	0,78
145	Морковь припущенная	203	2,81	6,59	15,16	133,33	2,97	145	Морковь припущенная	203	2,81	6,59	15,16	133,33	2,97
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
	Итого	538	12,44	15,23	44,54	370,78	12,74		Итого	583	14,92	16,73	53,86	432,68	13,25
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		56,55	61,51	192,49	1605,33	35,77		Итого за день		57,05	68,87	242,72	1898,69	43,11
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		134,64	130,87	94,82	114,67	79,49		Процент удовлетворения суточной потребности		105,65	114,78	93,00	105,48	86,22

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: пятница (день 5)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: пятница (день 5)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	4,76	6,38	16,40	140,20	1,46	84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	5,95	7,98	20,50	175,25	1,83
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	365	7,12	10,19	37,35	268,20	3,06		Итого	440	8,69	11,83	44,95	320,25	3,83
2 завтрак								2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26		Итого	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Обед								Обед							
142	Салат картофельный с зеленым горошком	40	1,06	5,02	2,50	59,57	2,61	142	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,49	6,77	3,60	81,00	3,82
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	150	2,50	3,48	11,78	86,36	4,73	46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	200	3,33	4,64	15,70	115,15	6,30
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70	6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
94	Капуста тушеная	120	2,27	2,82	6,65	66,00	18,76	94	Капуста тушеная	150	2,84	3,53	8,31	82,50	23,45
54	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	54	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	560	16,63	18,80	55,75	462,71	29,80		Итого	730	20,46	23,72	70,37	581,62	38,38
Полдник								Полдник							
126	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	67,00	150,00	126	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	16,65	85,00	200,00
92	Гренка молочная	55	4,38	4,50	17,74	124,00	0,10	92	Гренка молочная	75	5,84	5,26	25,32	165,00	0,16
	Итого	205	4,89	4,71	30,97	191,00	150,10		Итого	275	6,52	5,54	41,97	250,00	200,16
Ужин								Ужин							
22	Запеканка из творога	170	33,72	13,05	22,19	353,00	0,41	22	Запеканка из творога	200	39,67	15,35	26,11	415,29	0,48
76	Чай с молоком	180	3,48	3,00	11,77	90,00	1,56	76	Чай с молоком	200	3,91	3,37	13,50	102,00	1,75
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
	Итого	445	39,10	16,55	50,95	525,45	9,47		Итого	510	46,68	19,37	63,83	635,14	9,73
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		72,96	56,01	182,22	1553,56	193,69		Итого за день		88,15	66,86	229,12	1905,01	253,50
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		173,71	119,17	89,76	110,97	430,42		Процент удовлетворения суточной потребности		163,24	111,43	87,79	105,83	507,00

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: понедельник (день 6)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: понедельник (день 6)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	135	7,77	7,37	30,53	209,00	0,08	85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	220	12,66	12,01	49,75	340,59	0,13
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	350	10,09	11,18	51,36	336,00	0,08		Итого	460	15,36	15,86	74,05	483,59	0,13
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Напиток витаминизированный	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
Обед								Обед							
154	Салат из морской капусты с яйцом	40	1,52	4,21	0,07	58,00	0,56	154	Салат из морской капусты с яйцом	60	2,28	6,32	0,11	87,00	0,84
130	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	3,90	3,18	8,72	100,35	6,32	130	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	5,20	4,24	11,62	133,80	8,42
111	Бефстроганов	60	7,65	6,34	1,20	127,11	0,22	111	Бефстроганов	70	8,93	7,39	1,40	148,30	0,25
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40	91	Картофельное пюре	140	2,84	4,89	16,85	132,54	9,80
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42	9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	560	18,21	18,40	59,56	557,86	15,92		Итого	720	22,60	23,44	73,09	695,64	19,81
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
123	Кекс "Столичный"	50	2,00	9,87	26,67	203,33	0,00	123	Кекс "Столичный"	70	2,80	13,82	37,34	284,66	0,00
	Итого	230	7,22	15,63	33,87	309,53	1,26		Итого	270	8,60	20,22	45,34	402,66	1,40
Ужин								Ужин							
146	Рулет из говядины	60	9,36	7,38	3,96	120,00	0,00	146	Рулет из говядины	70	10,92	8,61	4,62	140,00	0,00
104	Свекла тушеная в сметанном соусе	200	3,85	4,40	18,85	141,00	13,84	104	Свекла тушеная в сметанном соусе	200	3,85	4,40	18,85	141,00	13,84
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87	2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
	Итого	535	19,64	17,14	52,81	454,45	23,21		Итого	580	22,95	19,08	62,50	523,85	23,42
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		55,40	62,48	209,73	1713,04	42,87		Итого за день		69,51	78,60	274,38	2180,74	64,76
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		131,90	132,94	103,32	122,36	95,27		Процент удовлетворения суточной потребности		128,72	131,00	105,13	121,15	129,52

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: вторник (день 7)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: вторник (день 7)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	150	4,46	3,99	14,06	112,00	0,87	1	Суп молочный с крупой	200	5,95	5,32	18,75	149,33	1,16
155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
15	Какао с молоком	180	2,81	2,55	17,51	109,14	0,00	15	Какао с молоком	200	3,30	3,00	20,60	128,40	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	405	14,67	14,95	46,67	386,14	0,87		Итого	480	17,03	16,77	56,91	454,73	1,16
2 завтрак								2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26		Итого	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Обед								Обед							
82	Салат из моркови с чесноком	40	0,46	3,38	2,11	37,33	1,41	82	Салат из моркови с чесноком	60	0,69	5,05	3,16	56,00	2,12
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	3,09	13,13	89,15	3,62	47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6,34	4,12	17,51	118,87	4,83
71	Голубцы ленивые	60	4,93	3,82	3,59	68,26	7,48	71	Голубцы ленивые	80	6,57	5,09	4,79	91,01	9,97
140	Соус сметанный натуральный	15	0,44	4,81	1,43	49,20	0,06	140	Соус сметанный натуральный	25	0,73	8,02	2,39	82,00	0,10
144	Картофель отварной	120	2,32	5,33	16,13	129,57	9,60	144	Картофель отварной	130	2,51	5,77	17,47	140,37	10,40
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	575	15,45	21,07	71,31	535,31	25,17		Итого	745	20,04	28,86	90,23	696,25	31,42
Полдник								Полдник							
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
66	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени с рисом	60	7,97	5,37	20,09	169,00	8,34	66	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени с рисом	70	9,30	6,27	23,44	197,17	9,73
	Итого	240	8,01	5,37	26,22	195,00	9,94		Итого	270	9,34	6,27	30,61	228,17	11,73
Ужин								Ужин							
59	Рис отварной с овощами	110	2,83	5,14	18,70	155,46	4,37	59	Рис отварной с овощами	180	4,63	8,41	30,60	254,40	7,15
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16	58	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	11,81	5,58	1,75	103,08	1,45
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
76	Чай с молоком	180	3,48	3,00	11,77	90,00	1,56	76	Чай с молоком	200	3,91	3,37	13,50	102,00	1,75
	Итого	465	17,66	13,10	48,86	410,37	14,59		Итого	590	23,45	18,01	70,07	577,33	17,85
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		61,01	60,25	200,26	1633,02	51,83		Итого за день		75,66	76,31	255,82	2074,48	63,56
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		145,26	128,19	98,65	116,64	115,18		Процент удовлетворения суточной потребности		140,11	127,18	98,02	115,25	127,12

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: среда (день 8)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: среда (день 8)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04	74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07	3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	425	17,82	24,16	28,36	399,71	6,71		Итого	455	19,36	25,67	31,86	435,71	7,14
2 завтрак								2 завтрак							
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00	11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
70	Свекольник с мясом, со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98	70	Свекольник с мясом, со сметаной	200	3,38	5,20	11,03	116,11	7,97
150	Печень, тушенная в соусе	60	7,98	4,62	3,30	86,40	6,00	150	Печень, тушенная в соусе	80	10,64	6,16	4,40	115,20	8,00
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40	91	Картофельное пюре	140	2,84	4,89	16,85	132,54	9,80
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	11,79	50,00	2,25	20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	16,59	70,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	550	15,55	13,29	58,32	434,08	25,63		Итого	730	20,29	17,01	75,07	558,25	34,77
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
36	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30	36	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30
	Итого	230	12,68	12,84	47,49	378,20	1,56		Итого	250	13,26	13,48	48,29	390,00	1,70
Ужин								Ужин							
156	Капуста тушенная с мясом	250	9,49	10,67	11,74	192,00	31,55	156	Капуста тушенная с мясом	250	9,49	10,67	11,74	192,00	31,55
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
126	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	67,00	150,00	126	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	16,65	85,00	200,00
	Итого	420	11,60	11,08	34,61	306,20	181,55		Итого	485	12,97	11,30	45,26	359,60	231,55
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		58,05	61,77	178,58	1565,19	225,45		Итого за день		66,28	67,86	210,28	1790,56	285,16
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		138,21	131,43	87,97	111,80	501,00		Процент удовлетворения суточной потребности		122,74	113,10	80,57	99,48	570,32

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: четверг (день 9)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: четверг (день 9)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,26	6,07	21,29	159,75	1,46	45	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,01	8,09	28,39	213,00	1,95
76	Чай с молоком	180	3,48	3,00	11,77	90,00	1,56	76	Чай с молоком	200	3,91	3,37	13,50	102,00	1,75
151	Гренка с сыром	40	6,38	6,50	24,65	183,00	0,08	151	Гренка с сыром	60	9,46	9,61	36,98	273,00	0,11
	Итого	370	15,12	15,57	57,71	432,75	3,10		Итого	460	20,38	21,07	78,87	588,00	3,81
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Напиток витаминизированный	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
Обед								Обед							
101, 24	Салат из свеклы с изюмом (или салат из свеклы с черносливом)	40	0,56	2,21	4,16	38,74	1,66	101, 24	Салат из свеклы с изюмом (или салат из свеклы с черносливом)	60	0,83	3,31	6,23	58,09	2,49
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	150	2,50	3,48	11,78	86,36	4,73	46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	200	3,33	4,64	15,70	115,15	6,30
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	5,85	3,27	21,25	85,50	0,31	29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	80	7,81	4,37	28,33	114,00	0,41
109	Картофель тушеный	120	2,30	3,37	14,79	105,60	8,10	109	Картофель тушеный	130	2,49	3,65	16,02	114,40	8,78
54	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	54	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	560	13,57	12,93	80,67	447,00	17,80		Итого	720	17,42	16,73	101,89	564,64	21,98
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	4,80	3,70	20,98	156,30	0,26	28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	5,60	4,30	24,48	182,30	0,30
	Итого	240	10,02	9,46	28,18	262,50	1,52		Итого	270	11,40	10,70	32,48	300,30	1,70
Ужин								Ужин							
131	Суп картофельный с крупой с мясом птицы	150	4,61	2,74	11,91	87,00	4,61	131	Суп картофельный с крупой с мясом птицы	200	6,14	3,65	15,88	116,00	6,14
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42	9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
ГП	Хлеб пшеничный	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
	Итого	400	7,37	3,29	46,67	247,25	12,53		Итого	510	9,79	4,30	58,51	311,85	14,14
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		46,32	41,38	225,36	1444,70	37,35		Итого за день		58,99	52,80	291,15	1839,79	61,63
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		110,29	88,04	111,01	103,19	83,00		Процент удовлетворения суточной потребности		109,24	88,00	111,55	102,21	123,26

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: пятница (день 10)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: пятница (день 10)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76	39	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,01	1,01
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87	2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05	86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	370	11,24	9,46	49,26	322,26	2,68		Итого	445	13,63	11,51	58,52	387,01	3,14
2 завтрак								2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26		Итого	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Обед								Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00	11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
132	Суп из овощей с мясом	150	3,03	2,32	5,07	57,75	5,98	132	Суп из овощей с мясом	200	5,05	3,86	8,40	96,25	9,96
61	Плов с мясом	150	14,31	13,25	25,37	275,18	2,02	61	Плов с мясом	200	19,08	17,67	33,83	366,90	2,69
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	11,79	50,00	2,25	20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	16,59	70,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	520	19,93	16,15	62,74	479,93	13,25		Итого	710	1,53	22,29	85,02	657,55	21,65
Полдник								Полдник							
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
55	Сырники из творога с джемом или повидлом	70	9,07	5,08	14,57	143,40	0,13	55	Сырники из творога с джемом или повидлом	150	21,78	12,50	32,61	335,65	0,32
	Итого	250	9,11	5,08	20,70	169,40	1,73		Итого	350	21,82	12,50	39,78	366,65	2,32
Ужин								Ужин							
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	3,09	4,22	11,35	104,70	3,18	57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	200	4,12	5,63	15,13	139,60	4,24
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
	Итого	425	4,99	4,72	34,35	212,15	10,68		Итого	510	7,22	6,28	46,37	286,45	11,74
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		50,49	41,17	174,25	1289,94	29,60		Итого за день		50,00	58,98	237,69	1815,66	40,25
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		120,21	87,60	85,84	92,14	65,78		Процент удовлетворения суточной потребности		92,59	98,30	91,07	100,87	80,50

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: понедельник (день 11)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: понедельник (день 11)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
138	Каша гречневая рассыпчатая	150	4,50	6,40	21,90	263,00	0,00	138	Каша гречневая рассыпчатая	200	6,00	8,53	29,20	350,67	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	365	6,82	10,21	42,73	390,00	0,00		Итого	440	8,70	12,38	53,50	493,67	0,00
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
Обед								Обед							
88	Салат из белокочанной и морской капусты, или морской капусты	40	0,54	4,98	2,32	56,00	8,24	88	Салат из белокочанной и морской капусты, или морской капусты	60	0,82	7,46	3,48	84,00	12,36
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85	5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	7,80
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70	6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
139	Макаронные изделия отварные	110	3,82	3,37	23,49	136,40	0,00	139	Макаронные изделия отварные	150	5,21	4,59	32,03	186,00	0,00
129	Компот из ягод	150	0,10	0,07	7,22	31,00	2,25	129	Компот из ягод	200	0,14	0,10	8,63	37,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	550	17,26	19,37	64,79	506,45	17,04		Итого	730	21,63	25,56	83,82	656,66	23,97
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	55	1,60	2,15	38,50	158,27	0,00	ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	80	1,80	2,40	42,02	174,02	0,00
	Итого	235	6,82	7,91	45,70	264,47	1,26		Итого	280	7,60	8,80	50,02	292,02	1,40
Ужин								Ужин							
33	Сельдь с маслом растительным	70	11,56	10,91	0,00	143,50	0,00	33	Сельдь с маслом растительным	70	11,56	10,91	0,00	143,50	0,00
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40	91	Картофельное пюре	140	2,84	4,89	16,85	132,54	9,80
76	Чай с молоком	180	3,48	3,00	11,77	90,00	1,56	76	Чай с молоком	200	3,91	3,37	13,50	102,00	1,75
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
	Итого	465	19,38	18,60	43,21	429,55	17,46		Итого	520	21,41	19,82	54,57	495,89	19,05
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		50,52	56,22	208,56	1645,67	38,16		Итого за день		59,74	66,77	262,12	2030,24	48,42
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		120,29	119,62	102,74	117,55	84,80		Процент удовлетворения суточной потребности		110,63	111,28	100,43	112,79	96,84

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: вторник (день 12)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: вторник (день 12)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,26	6,07	21,29	159,75	1,46	45	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,01	8,09	28,39	213,00	1,95
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87	2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07	3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	415	19,51	22,29	49,40	471,75	3,40		Итого	495	23,35	26,38	60,76	570,00	4,13
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Напиток витаминизированный	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
Обед								Обед							
120	Винегрет овощной	40	0,70	2,75	3,34	41,33	3,64	120	Винегрет овощной	60	1,05	4,12	5,01	62,00	5,46
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	3,09	13,13	89,15	3,62	47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	200	6,34	4,12	17,51	118,87	4,83
64	Тефтели из говядины с рисом	60	7,69	8,14	6,26	129,00	0,67	64	Тефтели из говядины с рисом	70	8,97	9,49	7,31	150,50	0,78
109	Картофель тушеный	120	2,30	3,37	14,79	105,60	8,10	109	Картофель тушеный	130	2,49	3,65	16,02	114,40	8,78
54	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	54	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	560	17,81	17,95	66,21	495,88	19,03		Итого	710	21,81	22,14	81,46	608,77	23,85
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
78	Булочка домашняя	60	3,60	4,80	17,40	141,69	0,23	78	Булочка домашняя	70	4,20	5,60	20,30	165,30	0,27
	Итого	240	8,82	10,56	24,60	247,89	1,49		Итого	270	10,00	12,00	28,30	283,30	1,67
Ужин								Ужин							
67	Суп с рыбными консервами	180	3,82	4,68	18,22	108,22	8,68	67	Суп с рыбными консервами	200	4,24	5,20	20,24	120,24	9,64
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
	Итого	455	5,72	5,18	41,22	215,67	16,18		Итого	510	7,34	5,85	51,48	267,09	17,14
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		52,10	56,11	193,56	1486,39	42,50		Итого за день		62,50	66,37	241,40	1804,16	66,79
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		124,05	119,38	95,35	106,17	94,44		Процент удовлетворения суточной потребности		115,74	110,62	92,49	100,23	133,58

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: среда (день 13)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: среда (день 13)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
14	Каша "Дружба"	150	4,66	5,78	20,78	150,75	1,45	14	Каша "Дружба"	200	6,21	7,71	27,71	201,00	1,93
15	Какао с молоком	180	2,81	2,55	17,51	109,14	0,00	15	Какао с молоком	200	3,30	3,00	20,60	128,40	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	365	9,79	12,14	53,11	361,89	1,45		Итого	440	12,21	14,56	65,59	443,40	1,93
2 завтрак								2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26		Итого	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Обед								Обед							
147,26	Салат из свеклы с чесноком или салат из свежих помидоров и огурцов	40	0,56	3,04	3,04	43,33	3,01	147,26	Салат из свеклы с чесноком или салат из свежих помидоров и огурцов	60	0,83	4,54	4,55	65,00	4,50
52	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	150	1,10	2,88	14,69	73,35	4,97	52	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	200	1,46	3,84	19,59	97,80	6,62
59	Рис отварной с овощами	110	2,83	5,14	18,70	155,46	4,37	59	Рис отварной с овощами	180	4,63	8,41	30,60	254,40	7,15
135	Суфле из кур	63	11,70	11,17	25,28	247,96	1,99	135	Суфле из кур	74	13,74	13,12	29,69	291,25	2,34
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	11,79	50,00	2,25	20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	16,59	70,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	553	18,54	22,78	93,26	662,90	16,59		Итого	764	23,61	30,61	125,72	894,45	23,61
Полдник								Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07	3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
ГП	Конфета	30	1,20	7,89	17,76	147,30	0,00	ГП	Конфета	80	3,20	21,06	47,36	338,80	0,00
	Итого	255	1,20	7,89	23,77	172,30	0,00		Итого	335	3,20	21,06	54,38	367,80	0,00
Ужин								Ужин							
49	Пудинг творожный с молоком сгущенным	170	23,83	15,68	42,27	421,00	0,38	49	Пудинг творожный с молоком сгущенным	230	32,24	21,22	57,19	569,59	0,52
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
126	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	13,23	67,00	150,00	126	Напиток из шиповника	200	0,68	0,28	16,65	85,00	200,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
	Итого	415	26,24	16,39	72,49	570,45	157,88		Итого	540	36,02	22,15	98,06	772,44	208,02
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		60,99	64,96	249,83	1873,74	177,18		Итого за день		80,84	94,78	351,75	2596,09	234,96
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		145,21	138,21	123,07	133,84	393,73		Процент удовлетворения суточной потребности		149,70	157,97	134,77	144,23	469,92

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: четверг (день 14)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: четверг (день 14)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
37	Омлет натуральный с маслом	185	16,46	18,51	4,25	248,64	0,92	37	Омлет натуральный с маслом	185	16,46	18,51	4,25	248,64	0,92
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	400	18,82	22,32	25,20	376,64	2,52		Итого	425	19,20	22,36	28,70	393,64	2,92
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
Обед								Обед							
153	Салат из свеклы с солеными огурцами	40	0,61	3,47	3,06	45,71	3,04	153	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,91	5,21	4,58	68,57	4,56
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98	34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200	3,38	5,20	11,03	116,11	7,97
65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	110	3,30	4,70	16,06	192,86	0,00	65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	180	5,40	7,68	26,28	315,60	0,00
35	Гуляш	60	4,50	5,70	1,85	123,60	0,60	35	Гуляш	70	5,25	6,65	2,16	144,20	0,70
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42	9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	440	13,65	18,25	64,36	608,05	10,04		Итого	760	18,29	25,34	87,16	838,48	13,73
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	4,54	4,07	25,30	157,12	0,22	72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	70	5,30	4,75	29,50	183,30	0,26
	Итого	240	9,76	9,83	32,50	263,32	1,48		Итого	270	11,10	11,15	37,50	301,30	1,66
Ужин								Ужин							
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40	91	Картофельное пюре	140	2,84	4,89	16,85	132,54	9,80
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16	58	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	11,81	5,58	1,75	103,08	1,45
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
76	Чай с молоком	180	3,48	3,00	11,77	90,00	1,56	76	Чай с молоком	200	3,91	3,37	13,50	102,00	1,75
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
	Итого	475	17,27	12,15	44,61	368,51	18,62		Итого	550	21,66	14,49	56,32	455,47	20,50
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		59,74	62,68	178,80	1671,72	35,06		Итого за день		70,65	73,55	229,89	2080,89	42,81
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		142,24	133,36	88,08	119,41	77,91		Процент удовлетворения суточной потребности		130,83	122,58	88,08	115,61	85,62

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: пятница (день 15)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: пятница (день 15)

Неделя: первая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	4,76	6,38	16,40	140,20	1,46	84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	200	5,95	7,98	20,50	175,25	1,83
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87	2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	365	11,61	15,05	44,23	353,20	3,33		Итого	440	13,73	17,25	52,59	414,25	3,91
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Напиток витаминизированный	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
Обед								Обед							
17	Салат картофельный с солеными огурцами	40	0,58	4,53	3,68	58,67	3,65	17	Салат картофельный с солеными огурцами	60	0,87	6,13	5,77	82,00	5,44
53	Суп "Харчо" с мясом птицы и со сметаной	150	2,48	3,50	11,78	87,38	4,73	53	Суп "Харчо" с мясом птицы и со сметаной	200	3,30	4,66	15,70	116,50	6,30
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70	6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
94	Капуста тушеная	120	2,27	2,82	6,65	66,00	18,76	94	Капуста тушеная	150	2,84	3,53	8,31	82,50	23,45
129	Компот из ягод	150	0,10	0,07	7,22	31,00	2,25	129	Компот из ягод	200	0,14	0,10	8,63	37,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	560	16,11	18,28	55,22	455,83	30,09		Итого	730	19,79	23,04	70,26	573,97	39,00
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
36	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30	36	Сушка домашняя	50	7,46	7,08	40,29	272,00	0,30
	Итого	230	12,68	12,84	47,49	378,20	1,56		Итого	250	13,26	13,48	48,29	390,00	1,70
Ужин								Ужин							
134	Солянка сборная мясная со сметаной	150	2,94	4,10	5,41	66,00	5,81	134	Солянка сборная мясная со сметаной	200	3,92	5,47	7,21	88,00	7,75
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
	Итого	425	4,84	4,60	28,41	173,45	13,31		Итого	510	7,02	6,12	38,45	234,85	15,25
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		45,48	50,90	187,48	1415,88	50,69		Итого за день		53,80	59,89	228,99	1688,07	79,86
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		108,29	108,30	92,35	101,13	112,64		Процент удовлетворения суточной потребности		99,63	99,82	87,74	93,78	159,72

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: понедельник (день 16)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: понедельник (день 16)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
32	Каша манная молочная жидкая	150	4,79	4,40	19,63	139,00	1,47	32	Каша манная молочная жидкая	200	6,39	5,87	26,17	185,33	1,96
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	365	7,11	8,21	40,46	266,00	1,47		Итого	440	9,09	9,72	50,47	328,33	1,96
2 завтрак								2 завтрак							
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00		Итого	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
Обед								Обед							
83,81	Салат из моркови с зеленым горошком или салат из свежих помидоров с луком	40	0,67	3,38	2,02	38,00	1,90	83,81	Салат из моркови с зеленым горошком или салат из свежих помидоров с луком	60	1,00	5,07	3,03	57,00	2,85
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85	5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	200	2,82	4,79	7,83	93,69	7,80
135	Макаронник с мясом	153	19,58	13,71	34,74	351,00	0,30	135	Макаронник с мясом	204	26,11	18,28	46,32	468,00	0,40
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	11,79	50,00	2,25	20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	16,59	70,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	533	24,72	21,23	74,18	602,07	10,30		Итого	714	32,88	28,84	98,47	804,69	14,05
Полдник								Полдник							
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	60	3,96	4,35	21,19	150,00	3,49	95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	70	4,62	5,08	24,72	175,00	4,07
	Итого	240	4,00	4,35	27,32	176,00	5,09		Итого	270	4,66	5,08	31,89	206,00	6,07
Ужин								Ужин							
27	Рагу из овощей	230	3,68	6,97	20,47	170,20	18,01	27	Рагу из овощей	230	3,68	6,97	20,47	170,20	18,01
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00	11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
64	Тефтели из говядины с рисом	60	7,69	8,14	6,26	129,00	0,67	64	Тефтели из говядины с рисом	70	8,97	9,49	7,31	150,50	0,78
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
	Итого	490	13,51	15,50	52,28	419,60	24,68		Итого	595	16,33	17,08	66,36	503,70	28,79
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		49,74	49,69	204,04	1510,67	51,54		Итого за день		63,36	61,12	256,99	1889,72	60,87
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		118,43	105,72	100,51	107,91	114,53		Процент удовлетворения суточной потребности		117,33	101,87	98,46	104,98	121,74

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: вторник (день 17)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: вторник (день 17)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
50	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	5,60	19,56	144,00	1,46	50	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,55	7,47	26,08	192,00	1,95
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	6,13	26,00	1,60	31	Чай с лимоном	200	0,04	0,00	7,17	31,00	2,00
155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00	155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	405	11,60	14,01	40,79	335,00	3,06		Итого	480	13,37	15,92	50,81	400,00	3,95
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
Обед								Обед							
12,79	Маринад овощной с томатом или салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой	40	0,62	4,02	4,13	57,78	1,79	12,79	Маринад овощной с томатом или салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой	60	0,93	6,03	6,20	86,67	2,69
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93	25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	200	3,28	4,80	16,76	116,11	6,57
35	Гуляш	60	4,50	5,70	1,85	123,60	0,60	35	Гуляш	70	5,25	6,65	2,16	144,20	0,70
91	Картофельное пюре	120	2,44	4,19	14,45	113,60	8,40	91	Картофельное пюре	140	2,84	4,89	16,85	132,54	9,80
9	Компот из сухофруктов	150	0,46	0,00	15,36	66,00	0,42	9	Компот из сухофруктов	200	0,55	0,00	18,41	78,00	0,50
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	560	12,72	17,99	68,12	540,86	16,14		Итого	720	15,65	22,97	85,08	673,52	20,26
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	4,80	3,70	20,98	156,30	0,26	28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	70	5,60	4,30	24,48	182,30	0,30
	Итого	240	10,02	9,46	28,18	262,50	1,52		Итого	270	11,40	10,70	32,48	300,30	1,70
Ужин								Ужин							
156	Капуста тушеная с мясом	250	9,49	10,67	11,74	192,00	31,55	156	Капуста тушеная с мясом	250	9,49	10,67	11,74	192,00	31,55
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
	Итого	525	11,39	11,17	34,74	299,45	39,05		Итого	560	12,59	11,32	42,98	338,85	39,05
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		45,97	52,76	183,96	1493,01	62,17		Итого за день		53,41	61,12	231,56	1804,67	68,96
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		109,45	112,26	90,62	106,64	138,16		Процент удовлетворения суточной потребности		98,91	101,87	88,72	100,26	137,92

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: среда (день 18)
Неделя: вторая
Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: среда (день 18)
Неделя: вторая
Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04	74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87	2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
16	Бутерброд с маслом	35	2,32	3,81	14,82	102,00	0,00	16	Бутерброд с маслом	40	2,70	3,85	17,28	114,00	0,00
	Итого	415	19,99	26,07	35,24	448,71	6,91		Итого	440	20,92	26,67	39,50	474,71	7,12
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Напиток витаминизированный	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	170	0,00	0,00	19,40	75,00	20,00
Обед								Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00	11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98	34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	200	3,38	5,20	11,03	116,11	7,97
62	Плов с птицей	150	9,14	7,45	28,55	220,00	1,35	62	Плов с птицей	200	12,19	9,93	38,07	293,33	1,80
129	Компот из ягод	150	0,10	0,07	7,22	31,00	2,25	129	Компот из ягод	200	0,14	0,10	8,63	37,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	520	14,26	11,93	64,55	435,08	12,58		Итого	710	18,99	15,89	83,93	570,84	18,77
Полдник								Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	55	1,60	2,15	38,50	158,27	0,00	ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	80	1,80	2,40	42,02	174,02	0,00
	Итого	235	6,82	7,91	45,70	264,47	1,26		Итого	280	7,60	8,80	50,02	292,02	1,40
Ужин								Ужин							
109	Картофель тушеный	120	2,30	3,37	14,79	105,60	8,10	109	Картофель тушеный	130	2,49	3,65	16,02	114,40	8,78
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	60	5,85	3,27	21,25	85,50	0,31	29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	80	7,81	4,37	28,33	114,00	0,41
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
	Итого	455	10,05	7,14	59,04	298,55	15,91		Итого	520	13,40	8,67	75,59	375,25	16,69
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		51,36	53,18	216,66	1502,01	39,06		Итого за день		60,91	60,03	268,44	1787,82	63,98
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		122,29	113,15	106,73	107,29	86,80		Процент удовлетворения суточной потребности		112,80	100,05	102,85	99,32	127,96

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: четверг (день 19)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: четверг (день 19)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76	39	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,81	19,99	155,01	1,01
76	Чай с молоком	180	3,48	3,00	11,77	90,00	1,56	76	Чай с молоком	200	3,91	3,37	13,50	102,00	1,75
86	Бутерброд с джемом	40	2,32	0,24	21,26	95,00	0,05	86	Бутерброд с джемом	45	2,70	0,28	23,72	107,00	0,05
	Итого	370	10,19	7,60	48,02	301,26	2,37		Итого	445	12,46	9,46	57,21	364,01	2,81
2 завтрак								2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21	Кисломолочный напиток	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
	Итого	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26		Итого	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
Обед								Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00	11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
130	Суп картофельный с мясными фрикадельками	150	3,90	3,18	8,72	100,35	6,32	130	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	5,20	4,24	11,62	133,80	8,42
58	Рыба, тушеная в томате с овощами	80	9,45	4,46	1,40	82,46	1,16	58	Рыба, тушеная в томате с овощами	100	11,81	5,58	1,75	103,08	1,45
144	Картофель отварной	120	2,32	5,33	16,13	129,57	9,60	144	Картофель отварной	130	2,51	5,77	17,47	140,37	10,40
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	570	18,45	13,64	61,92	478,38	23,08		Итого	740	23,20	16,46	77,25	593,65	30,27
Полдник								Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
55	Сырники из творога с джемом или повидлом	70	9,07	5,08	14,57	143,40	0,13	55	Сырники из творога с джемом или повидлом	150	21,78	12,50	32,61	335,65	0,32
	Итого	250	9,07	5,08	20,58	168,40	0,13		Итого	350	21,78	12,50	39,63	364,65	0,32
Ужин								Ужин							
146	Рулет из говядины	60	9,36	7,38	3,96	120,00	0,00	146	Рулет из говядины	70	10,92	8,61	4,62	140,00	0,00
104	Свекла тушеная в сметанном соусе	200	3,85	4,40	18,85	141,00	13,84	104	Свекла тушеная в сметанном соусе	200	3,85	4,40	18,85	141,00	13,84
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	11,79	50,00	2,25	20	Кисель из ягод	200	0,15	0,10	16,59	70,00	3,00
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
	Итого	505	15,22	12,35	51,59	393,45	23,59		Итого	580	18,02	13,76	64,28	468,85	24,34
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		58,15	44,43	189,31	1447,69	50,43		Итого за день		81,26	58,58	246,37	1909,16	59,14
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		138,45	94,53	93,26	103,41	112,07		Процент удовлетворения суточной потребности		150,48	97,63	94,39	106,06	118,28

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

День: пятница (день 20)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День: пятница (день 20)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 3-7 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ ТК (ТТК)	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У						Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8	1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак								Завтрак							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,26	6,07	21,29	159,75	1,46	45	Каша пшеничная молочная жидкая	200	7,01	8,09	28,39	213,00	1,95
2	Кофейный напиток с молоком	180	4,53	4,86	13,01	111,00	1,87	2	Кофейный напиток с молоком	200	5,08	5,42	14,81	125,00	2,08
155	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	63,00	0,00								
3	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,64	6,76	14,82	138,00	0,07	3	Бутерброд с маслом и сыром	55	6,18	8,27	17,28	169,00	0,10
	Итого	415	19,51	22,29	49,40	471,75	3,40		Итого	455	18,27	21,78	60,48	507,00	4,13
2 завтрак								2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40	ГП	Сок фруктовый (овощной)	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
	Итого	120	0,24	0,13	12,13	55,20	2,40		Итого	200	0,40	0,21	20,21	92,00	4,00
Обед								Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	30	0,24	0,03	0,75	4,20	3,00	11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	60	0,48	0,06	1,50	8,40	6,00
117	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной	150	2,81	4,01	9,62	82,50	5,78	117	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной	200	3,74	5,34	12,82	110,00	7,70
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70	6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	70	9,84	8,02	7,15	139,97	0,81
90	Рагу из овощей	120	1,92	3,64	10,68	88,80	9,40	90	Рагу из овощей	150	2,40	4,55	13,35	111,00	11,75
54	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	8,93	38,00	3,00	54	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	10,91	47,00	4,00
ГП	Хлеб ржаной	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00	ГП	Хлеб ржаной	50	2,80	0,60	24,70	116,00	0,00
	Итого	550	15,77	15,16	55,87	426,28	21,88		Итого	730	19,42	18,73	70,43	532,37	30,26
Подник								Подник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26	21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	200	5,80	6,40	8,00	118,00	1,40
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	55	1,60	2,15	38,50	158,27	0,00	ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	80	1,80	2,40	42,02	174,02	0,00
	Итого	235	6,82	7,91	45,70	264,47	1,26		Итого	280	7,60	8,80	50,02	292,02	1,40
Ужин								Ужин							
63	Вареники ленивые со сгущенным молоком	195	24,04	28,27	40,38	394,00	0,44	63	Вареники ленивые со сгущенным молоком	220	27,12	31,89	45,56	582,15	0,50
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	6,01	25,00	0,00	13	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	7,02	29,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50	124	Яблоко, груша, банан или др.	75	0,30	0,30	7,35	35,25	7,50
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00	ГП	Хлеб пшеничный	35	2,80	0,35	16,87	82,60	0,00
	Итого	470	25,94	28,77	63,38	501,45	7,94		Итого	530	30,22	32,54	76,80	729,00	8,00
			Б	Ж	У	Эн/ц	С				Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		68,28	74,26	226,48	1719,15	36,88		Итого за день		75,91	82,06	277,94	2152,39	47,79
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00		Суточная потребность		54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		162,57	158,00	111,57	122,80	81,96		Процент удовлетворения суточной потребности		140,57	136,77	106,49	119,58	95,58

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 3 гр.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 5 гр.

Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности рациона питания детей 1,5-3 лет							Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности рациона питания детей 3-7 лет						
Итого за 20 дней	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг		Итого за 20 дней	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	
	Б	Ж	У					Б	Ж	У			
	1101,52	1120,39	4013,94	31306,96	1342,57			1314,89	1357,01	5098,46	39032,88	1770,12	

Итого за 1 дней	55,08	56,02	200,70	1565,35	67,13	Итого за 1 дней	65,74	67,85	254,92	1951,64	88,51
Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00	Суточная потребность	54,00	60,00	261,00	1800,00	50,00
Процент удовлетворения суточной потребности	131,13	119,19	98,87	111,81	149,17	Процент удовлетворения суточной потребности	121,75	113,08	97,67	108,42	177,01
Процент отклонения от расчетных данных	31,13	19,19	-1,13	11,81	49,17	Процент отклонения от расчетных данных	21,75	13,08	-2,33	8,42	77,01