

Детский сад № 13 "Вишенка"  
 Булах И.М.  
 01 октября 2024 год



ное (10-дневное) меню на осенне-зимний период для детей, посещающих  
 дошкольные учреждения с 9 и 10,5 часовым пребыванием

Пром. изделия	Наименование блюда	Высота	Цена	вещества		Энергетическая ценность (ккал)		Витамины, мг					Минеральные вещества, мг					№ рецептуры
				Ж	У	В1	В2	РР	С	Са	Мg	Р	Fe					
<b>Неделя 1</b>																		
<b>I день</b>																		
Завтрак	Молоко (100г)	100	8,00	4,60	0,30	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	0,00	1,00	№ 209	М.П.Могильный 2005		
	Сыр (100г)	100	3,10	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	0,00	1,00	№ 433	А.Я.Перевалов 2012			
	Сметана (100г)	100	1,90	23,34	171,90	0,05	0,02	0,67	2,29	15,73	19,65	32,21	1,11	№ 433	А.Я.Перевалов 2012			
	Хлеб (100г)	100	1,45	19,76	145,40	0,04	0,02	2,46	1,93	13,31	16,60	27,25	0,94	Пром.				
	Сливочное масло (100г)	100	2,70	26,80	139,00	0,03	0,02	0,37	0,00	0,69	14,91	0,00	0,63	Пром.				
	Яйцо (100г)	100	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,84	0,00	0,00	0,01	№ 119М.П.Могильный				
	Молоко (100г)	100	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392	М.П.Могильный 2012		
	Чай (100г)	100	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28					
	Пюре (100г)	100	0,95	61,54	418,30	0,11	0,22	1,14	2,32	49,52	35,96	111,79	3,05					
	Пюре (100г)	100	1,49	30,15	294,60	0,07	0,20	2,56	1,96	46,15	17,90	106,55	2,23					
2 завтрак	Хлеб (100г)	100	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 389	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 96	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	8,88	17,05	20,00	164,00	0,53	№ 594	А.И.Здобнов 2005			
	Пюре (100г)	100	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	6,66	12,79	15,00	123,00	0,40	№ 521	М.П.Могильный 2012			
	Пюре (100г)	100	27,03	8,93	336,71	0,07	0,14	2,87	20,09	57,50	35,48	154,98	2,12	№ 859	А.И.Здобнов, Б.А.Цаганенко			
	Пюре (100г)	100	27,03	8,93	336,71	0,07	0,14	2,87	20,09	57,50	35,48	154,98	2,12	№ 122	А.Я.Перевалов 2012			
	Пюре (100г)	100	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 123	А.Я.Перевалов 2012			
	Пюре (100г)	100	0,09	30,59	124,74	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	0,07	25,49	103,95	0,01	0,01	0,00	11,61	7,06	4,87	0,00	0,18	№ 397	М.П.Могильный 2012			
Обед	Пюре (100г)	100	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	9,67	5,88	5,85	0,00	0,22	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70	№ 123	А.Я.Перевалов 2012			
	Пюре (100г)	100	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 123	А.Я.Перевалов 2012			
	Пюре (100г)	100	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	30,91	60,42	624,09	2,17	0,27	4,83	31,31	109,92	87,66	407,91	5,19	№ 397	М.П.Могильный 2012			
	Пюре (100г)	100	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	3,31	14,65	94,47	0,01	0,02	0,42	0,10	19,50	2,60	15,92	0,54	№ 397	М.П.Могильный 2012			
	Пюре (100г)	100	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	2,72	12,96	89,00	0,00	0,00	0,11	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45	№ 182	М.П.Могильный 2005			
Ужин	Пюре (100г)	100	7,01	32,72	216,00	0,01	0,02	0,63	0,11	132,30	19,20	126,40	0,58	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	6,03	27,61	183,47	0,01	0,02	0,53	0,10	111,00	16,10	105,92	0,49	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	50,17	154,68	1258,39	2,28	0,51	6,60	33,74	291,74	142,82	646,10	8,82	№ 182	М.П.Могильный 2005			
	Пюре (100г)	100	51,53	103,92	1023,44	1,86	0,46	7,39	38,48	248,42	111,03	555,25	7,03	№ 182	М.П.Могильный 2005			



Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	№ рецептуры	
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес"	С 180	4,33	4,57	15,14	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121 М.П.Могильный 2005	
	Бутерброд с повидлом (масло сладко-сливочное Крестьянское (порция)) 72,5%	Я 150	3,61	3,81	12,62	0,03	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	№ 2 М.П.Могильный 2005	
	Чай с молоком с м.д.ж.2,5%	С 20/15/5	2,62	3,42	29,53	0,08	0,02	0,32	0,07	6,93	7,20	18,71	0,56	№ 394 М.П.Могильный 2012	
	Итого: сад	Я 15/10/5	1,96	2,56	22,14	0,02	0,01	0,23	0,05	4,95	5,14	13,36	0,40		
	Итого: ясли	С 200	2,97	2,60	15,92	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 385 М.П.Могильный 2005	
	Молоко кипяченое м.д.ж.2,5%	Я 180	2,67	2,34	14,33	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37		
		С 415	9,92	10,59	60,59	0,17	0,37	0,68	2,08	252,54	39,89	264,69	1,15		
		Я 355	8,24	8,71	49,09	0,14	0,51	0,54	1,83	222,07	34,02	224,53	0,92		
		С 200	6,11	5,44	10,11	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21		
		Я 150	4,58	4,08	7,58	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16		
2- завтрак	Овощи натуральные соленые(огурцы с зеленью в заливке)	С 50	0,40	0,05	1,25	0,01	0,02	0,17	1,35	6,20	6,65	0,00	0,17	№ 120 А.Я.Перевалов 2012	
Обед	Суп картофельный с крупной гречневой	Я 30	0,24	0,03	0,75	0,01	0,01	0,10	0,81	3,75	3,99	0,00	0,10	№ 101 М.П.Могильный 2005	
	Плов из птицы	С 200	1,63	4,20	9,09	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 304 М.П.Могильный 2012	
		Я 150	1,22	3,15	6,82	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02		
		С 150	14,17	11,96	25,08	0,06	0,13	5,60	2,02	38,40	30,00	150,00	2,75	№ 383 М.П.Могильный 2012	
		Я 150	14,17	11,96	25,08	0,06	0,13	5,60	2,02	38,40	30,00	150,00	2,75		
		С 180	0,08	0,00	20,03	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 378 М.П.Могильный 2012	
		Я 150	0,07	0,00	16,70	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22		
		С 180	0,13	0,05	24,55	0,01	0,01	0,09	0,10	10,44	1,29	6,89	0,12	№ 122 А.Я.Перевалов 2012	
		Я 150	0,11	0,04	20,46	0,01	0,01	0,07	0,09	8,70	1,08	5,74	0,10		
		С 40	3,04	0,32	19,68	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
Полдник	Хлеб пшеничный	Я 30	2,28	0,24	14,76	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	№ 557 А.Я.Перевалов 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный	С 37	2,47	0,45	12,52	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44		
	Итого: сад	С 657	21,79	16,98	87,65	596,38	2,17	0,27	7,83	9,51	103,60	412,26	6,78		
	Итого: ясли	Я 540	19,96	15,74	74,13	522,30	1,79	0,24	7,31	7,44	87,25	350,70	5,86		
	Пирожок печеный из дрожевого теста с капустой	С 60	3,63	4,24	21,90	0,06	0,04	0,75	0,09	7,90	0,72	35,10	0,46	№ 393 М.П.Могильный 2012	
	Чай с лимоном	Я 60	3,63	4,24	21,90	0,06	0,04	0,75	0,09	7,90	0,72	35,10	0,46		
	Итого: сад	С 200/11/9	0,13	0,02	11,30	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80		
	Итого: ясли	Я 150/7/4	0,07	0,01	7,10	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72		
	Всего за день: сад	С 260	3,76	4,26	33,20	185,62	0,06	0,05	0,75	0,19	13,30	0,72	35,10	1,26	
	Всего за день: ясли	Я 210	3,70	4,25	29,00	169,12	0,06	0,05	0,75	0,19	13,76	0,72	35,10	1,18	
	С 1332	35,47	31,83	181,44	1159,23	2,40	0,69	9,26	11,78	369,44	135,46	712,05	9,19		
	Я 1105	31,90	28,70	152,22	999,17	1,99	0,80	8,60	9,46	323,08	113,54	610,33	7,96		

3 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	ческая ценность (ккал)	В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	№ рецептуры	
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	С 180	6,68	6,53	32,75	219,36	0,12	0,05	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 279 А.Я.Перевалов 2012	
		Я 150	5,57	5,44	27,29	182,80	0,10	0,04	0,50	0,00	9,90	24,70	104,10	0,82	№ 122А.Я.Перевалов	
	Хлеб пшеничный		С 20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,08	
	Масло сладко-сливочное Крестьянское (порциями) 72,5%	С 7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,84	0,00	0,00	0,01	№ 119М.П.Могильный
		С 200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 397 М.П.Могильный 2012
		Я 180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	
		Итого: сад	12,40	10,32	49,87	385,03	0,12	0,05	0,42	0,00	0,00	135,88	47,64	244,92	1,66	
	2-завтрак:	Итого: ясли	Я 350	9,30	13,71	43,21	336,00	0,10	0,04	0,64	0,00	120,54	40,90	212,10	1,37	№ 338 М.П.Могильный 2005
			С 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	0,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 389 М.П.Могильный 2005
		Плоды свежие (Яблоко) или сок фруктовый (яблочный)		Я 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	0,00	16,00	9,00	11,00	2,20
С 200		1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 55 М.П.Могильный 2012	
Я 1/200		1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 102 М.П.Могильный 2005	
С 50		0,65	2,07	3,58	35,50	0,01	0,02	0,17	2,18	16,03	11,10	20,19	0,47	№ 115 М.П.Могильный 2012		
Я 30		0,39	1,24	2,15	21,30	0,01	0,01	0,10	0,10	9,62	6,66	12,11	0,28	№ 239 М.П.Могильный 2005		
С 200		4,39	4,21	13,08	107,80	0,05	0,04	0,68	8,00	36,80	23,60	147,20	0,06	№ 331 М.П.Могильный 2005		
Я 150		3,29	3,16	9,79	80,85	0,05	0,04	0,61	7,20	33,12	21,24	132,50	0,05	№ 302 М.П.Могильный 2005		
С 30		3,74	0,48	22,82	110,46	0,08	0,03	0,76	0,00	10,88	15,60	41,11	0,95	№ 521 М.П.Могильный 2012		
Обед	Гренки из пшеничного хлеба	Я 20	2,49	0,32	15,21	73,64	0,05	0,02	0,51	0,00	7,25	10,40	27,41	0,63	№ 859 А.И.Здобнов,Е.А.Цыганенко	
		С 70	6,19	1,44	6,43	63,38	0,06	0,13	5,60	0,22	19,36	21,35	150,00	0,50	№ 122 А.Я.Перевалов 2012	
	Тфтели рыбные		Я 50	4,42	1,03	4,59	45,27	0,04	0,09	4,00	0,16	13,83	15,25	107,14	0,36	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
	С 30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	0,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
	Я 30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	0,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
	Соус сметанный с томатом		С 130	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70	№ 302 М.П.Могильный 2005
	Я 110	6,31	4,47	28,34	178,75	0,10	0,06	1,26	0,00	23,40	27,90	102,66	2,35	№ 521 М.П.Могильный 2012		
	С 180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 859 А.И.Здобнов,Е.А.Цыганенко	
	Я 150	0,36	0,09	30,59	124,74	0,01	0,01	0,00	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	№ 122 А.Я.Перевалов 2012	
	С 180	0,41	0,07	25,49	103,95	0,01	0,01	0,00	0,00	11,61	7,06	4,87	0,00	0,18	№ 122 А.Я.Перевалов 2012	
Полдник	Хлеб пшеничный	Я 150	0,33	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	0,00	9,67	5,88	5,85	0,00	0,22	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		С 15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный		Я 10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
	Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	№ 123 А.Я.Перевалов 2012		
	Итого: сад		С 662	19,01	9,02	78,47	472,25	2,17	0,28	7,71	12,74	113,84	97,23	430,01	4,12	
	Итого: ясли		Я 540	13,69	6,28	77,27	421,50	1,76	0,21	5,59	10,57	87,76	73,65	335,26	3,02	
	Рагу из овощей с зеленым горошком		С 130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 137 М.П.Могильный 2012
	Я 110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62	№ 602, 603, 604 А.Я.Перевалов 2012		
	Кондитерские изделия (печенье, пряники, вафли)		С 30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
Я 15	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	№ 122 А.Я.Перевалов 2012			
С 15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 392 М.П.Могильный 2012			
Хлеб пшеничный		Я 10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 392 М.П.Могильный 2012	
Чай с сахаром		С 200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,00	0,00	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392 М.П.Могильный 2012	
Я 150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28			
Итого: сад		С 375	5,43	12,27	52,88	343,95	0,11	0,10	0,96	6,87	55,07	19,46	56,54	1,97		
Итого: ясли		Я 285	3,61	9,35	36,29	243,80	0,09	0,07	0,69	5,81	43,57	13,55	39,41	1,41		
Всего за день: сад		С 1444	36,84	31,61	181,22	1201,23	2,39	0,43	9,09	19,61	304,79	164,33	731,47	7,75		
Всего за день: ясли		Я 1175	26,60	29,34	156,77	1001,30	1,95	0,32	6,90	16,38	251,87	128,10	586,77	5,80		

4 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	В1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	рецептуры	
<b>5 день</b>															
<b>Завтрак</b>	Суп молочный с крупной рисовой	С 180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	153,20	0,18	№ 121 М.П.Могильный 2005	
	Хлеб пшеничный	Я 150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	127,67	0,15	№ 122 А.Я.Перевалов	
	Масло сладко-сливочное	С 7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,84	0,00	0,01	№ 119 М.П.Могильный	
	Крестьянское (порциями) 72,5%	С 200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,80	№ 393 М.П.Могильный 2012	
	Чай с лимоном	Я 180/10/7	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,72		
	<b>Итого: сад</b>	С 407	<b>5,98</b>	<b>4,75</b>	<b>36,28</b>	<b>211,66</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>0,24</b>	<b>0,78</b>	<b>126,51</b>	<b>17,29</b>	<b>153,20</b>	<b>1,06</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я 350	<b>3,74</b>	<b>8,90</b>	<b>19,82</b>	<b>174,50</b>	<b>0,08</b>	<b>0,37</b>	<b>0,20</b>	<b>0,68</b>	<b>109,92</b>	<b>14,98</b>	<b>127,67</b>	<b>0,88</b>	
	Фрукты свежие (Яблоко) или сок	С 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
	Фруктовый (яблочный)	Я 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 389 М.П.Могильный 2005
	<b>2-завтрак</b>	Икра свекольная	С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	2,00	№ 75 М.П.Могильный 2005
Яйца сваренные		Я 1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	2,00		
Икра свекольная		С 50	0,60	2,35	3,85	39,00	0,01	0,01	0,35	5,00	11,50	7,00	21,00	0,30	
Яйца сваренные		Я 30	0,70	1,38	3,70	30,03	0,01	0,01	0,21	3,00	6,90	4,20	12,60	0,18	
Борщ с капустой и картофелем		С 200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 57 М.П.Могильный 2012
Пампушки с чесноком		Я 150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	
Пампушки с чесноком		С 20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 184 А.И.Здобнов 2005
Зразы рыбные рубленые		Я 20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	
Пюре картофельное или		С 70	9,41	4,66	10,54	121,34	0,07	0,09	1,10	1,60	44,21	26,25	145,72	0,97	№ 237 М.П.Могильный 2005
картофель отварной		Я 50	6,72	3,33	7,53	86,67	0,05	0,06	0,79	1,14	31,58	18,78	104,09	0,69	№ 312/125 М.П.Могильный 2005
<b>Обед</b>	Компот из смеси сухофруктов	С 130	2,65	4,16	17,71	118,95	0,05	0,34	0,42	1,90	15,60	13,00	26,86	0,33	
	Хлеб пшеничный	С 110	2,25	3,52	14,98	100,65	0,04	0,28	0,35	1,60	13,20	11,00	22,70	0,28	№ 522 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С 180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	
	Хлеб пшеничный	С 150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С 20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,02	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	С 10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	
	Хлеб ржано-пшеничный	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	
	Хлеб пшеничный	С 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
	<b>Итого: сад</b>	С 707	<b>19,80</b>	<b>16,51</b>	<b>97,72</b>	<b>620,30</b>	<b>2,18</b>	<b>0,56</b>	<b>3,67</b>	<b>25,42</b>	<b>149,52</b>	<b>120,14</b>	<b>442,00</b>	<b>6,80</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	Я 550	<b>15,12</b>	<b>12,42</b>	<b>77,70</b>	<b>481,53</b>	<b>1,79</b>	<b>0,44</b>	<b>2,84</b>	<b>20,98</b>	<b>117,59</b>	<b>94,49</b>	<b>346,96</b>	<b>5,39</b>	
<b>Полдник</b>	Шанежка наливная	С 60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	№ 564 А.Я.Перевалов 2012
	Молоко кипяченое с м.д.ж.2,5%	Я 60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	
	Молоко кипяченое с м.д.ж.2,5%	С 200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П.Могильный 2005
	Итого: сад	Я 150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	
	Итого: ясли	С 260	<b>10,80</b>	<b>9,58</b>	<b>40,39</b>	<b>290,49</b>	<b>0,16</b>	<b>0,38</b>	<b>1,24</b>	<b>2,79</b>	<b>273,53</b>	<b>24,46</b>	<b>245,20</b>	<b>0,79</b>	
	Всего за день: сад	Я 210	<b>9,27</b>	<b>8,22</b>	<b>37,86</b>	<b>262,19</b>	<b>0,14</b>	<b>0,30</b>	<b>1,19</b>	<b>2,11</b>	<b>210,33</b>	<b>22,10</b>	<b>197,80</b>	<b>0,74</b>	
	Всего за день: ясли	С 1374	<b>36,58</b>	<b>30,84</b>	<b>174,39</b>	<b>1122,45</b>	<b>2,44</b>	<b>1,14</b>	<b>5,15</b>	<b>28,99</b>	<b>549,56</b>	<b>161,89</b>	<b>840,40</b>	<b>8,65</b>	
	Всего за день: ясли	Я 1110	<b>28,13</b>	<b>29,54</b>	<b>135,38</b>	<b>918,22</b>	<b>2,01</b>	<b>1,11</b>	<b>4,23</b>	<b>23,77</b>	<b>437,84</b>	<b>131,57</b>	<b>672,43</b>	<b>7,01</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	Энергетическая ценность (ккал)	В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	№ рецептуры
<b>Неделя 2</b>															
<b>6 День</b>															
<b>Завтрак</b>	Яйцо вареное-1 шт	С 1/40	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209 М.П.Могильный 2005
	икра из кабачков(промышленная)	Я 30	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 137 М.П.Могильный 2012
	Булочка «витамино-нодированная»	С 25	2,75	0,55	26,80	139,00	0,03	0,02	0,37	0,00	0,69	14,91	0,00	0,63	Пром.
	Масло сладко-сливочное (Крестьянское (порциями) 72,5%)	С 7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,84	0,00	0,00	0,01	№119М.П.Могильный
	Чай с сахаром	С 200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392 М.П.Могильный 2012
	<b>Итого: сад</b>	<b>С 402</b>	<b>9,89</b>	<b>14,36</b>	<b>50,28</b>	<b>385,60</b>	<b>0,12</b>	<b>0,26</b>	<b>0,86</b>	<b>6,87</b>	<b>65,61</b>	<b>23,24</b>	<b>102,08</b>	<b>2,67</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я 360</b>	<b>6,89</b>	<b>17,48</b>	<b>20,61</b>	<b>267,00</b>	<b>0,08</b>	<b>0,23</b>	<b>0,43</b>	<b>5,81</b>	<b>59,76</b>	<b>7,16</b>	<b>98,40</b>	<b>1,91</b>	
	Плоды свежие (Яблоко) или сок фруктовый (яблочный)	С 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
		С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
		Я 1/200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	
<b>2-завтрак:</b>	Овощи натуральные соленые(огурцы с зеленью в заливке)	С 50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,01	0,02	0,17	12,50	7,00	8,90	20,19	0,45	№ 120 А.Я.Перевалов 2012
	Суп картофельный с клецками	Я 30	0,33	0,06	1,14	7,20	0,01	0,01	0,10	7,50	4,20	5,34	12,11	0,27	№ 108 М.П.Могильный 2005
	Жаркое из кур (вариант 2)	С 150	1,26	2,02	7,28	52,35	0,18	0,54	1,35	6,30	25,80	19,80	102,00	1,08	№ 10.22 Цитадель-грейд 2005
		Я 150	7,13	4,62	13,74	125,80	0,60	0,00	0,80	6,12	2,02	28,30	76,30	15,60	№ 383 М.П.Могильный 2012
		С 180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	
	Кнесь из повидла	Я 150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	№ 378 М.П.Могильный 2012
		С 180	0,13	0,05	24,55	99,18	0,01	0,01	0,09	0,10	10,44	1,29	6,89	0,12	
		Я 150	0,11	0,04	20,46	82,65	0,01	0,01	0,07	0,09	8,70	1,08	5,74	0,10	
	Хлеб пшеничный	С 35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
		Я 20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	
<b>Обед</b>	Хлеб ржано-пшеничный	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
		Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С 652</b>	<b>14,56</b>	<b>8,14</b>	<b>75,12</b>	<b>435,56</b>	<b>2,85</b>	<b>0,80</b>	<b>3,61</b>	<b>27,08</b>	<b>74,87</b>	<b>93,75</b>	<b>326,42</b>	<b>19,89</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я 530</b>	<b>12,29</b>	<b>7,22</b>	<b>58,72</b>	<b>351,60</b>	<b>2,42</b>	<b>0,60</b>	<b>2,80</b>	<b>19,97</b>	<b>55,02</b>	<b>75,15</b>	<b>259,41</b>	<b>18,74</b>	
	Каша жидкая молочная	С 150	3,46	4,57	19,76	134,00	2,10	0,52	2,42	0,00	9,90	24,70	224,83	0,82	№ 280 А.Я.Перевалов 2012
	пшеничная	Я 130	3,00	3,96	17,13	116,13	1,82	0,45	2,10	0,00	8,58	21,41	194,85	0,71	
	Кофейный напиток с молоком с м.д.ж.2,5% (1 вариант)	С 180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 395 М.П.Могильный 2012
		Я 150	2,34	2,00	10,63	70,00	0,78	0,00	0,12	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45	
	<b>Итого: сад</b>	<b>С 330</b>	<b>6,27</b>	<b>6,96</b>	<b>32,51</b>	<b>217,90</b>	<b>3,04</b>	<b>0,52</b>	<b>2,56</b>	<b>0,00</b>	<b>119,70</b>	<b>40,90</b>	<b>332,83</b>	<b>1,36</b>	
	<b>Итого: ясли</b>	<b>Я 280</b>	<b>5,34</b>	<b>5,96</b>	<b>27,76</b>	<b>186,13</b>	<b>2,60</b>	<b>0,45</b>	<b>2,22</b>	<b>0,00</b>	<b>100,08</b>	<b>34,91</b>	<b>284,85</b>	<b>1,16</b>	
<b>Полдник</b>	Всего за день: сад	С 1384	30,72	29,46	157,91	1039,06	6,01	1,58	7,03	33,96	260,18	157,89	761,33	23,92	
	Всего за день: ясли	Я 1170	24,52	30,66	107,09	804,73	5,10	1,27	5,44	25,78	214,86	117,22	642,66	21,81	

Прем пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	ценность (ккал)	В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe		
Завтрак	Суп молочный с крупной яичевой	С 180 Я 150	4,33 3,61	4,57 3,81	15,14 12,62	119,16 99,30	0,10 0,08	0,19 0,36	0,24 0,20	0,68 0,58	119,11 103,22	17,29 14,98	153,20 127,67	0,18 0,15	№ 121 М.П.Могильный 2005	
	Масло сладко-сливочное														№ 119 М.П.Могильный	
	Крестьянское (порция) 72,5% (Хлеб пшеничный)	С 7 С 20	0,06 1,52	5,08 0,16	0,10 9,84	46,20 47,00	0,00 0,00	0,00 0,00	0,00 0,00	0,00 0,00	0,84 2,00	0,00 0,00	0,00 0,00	0,01 0,08	№ 122 А.Я.Перевалов № 7 М.П.Могильный	
	Сыр полутвердый «Россинский» с м.д.ж.50% (порция) (вариант)	С 15 С 200	2,40 4,20	4,55 3,63	0,00 7,28	55,00 118,67	0,00 0,00	0,00 0,00	0,00 0,15	0,00 0,14	0,00 0,00	122,00 109,80	18,00 16,20	120,00 108,00	0,60 0,54	№ 397 М.П.Могильный 2012
	Какао с молоком с м.д.ж.2,5% (1 вариант)	С 180 С 415	3,67 10,05	3,19 8,36	15,82 32,26	107,00 284,83	0,00 0,10	0,00 0,19	0,14 0,39	0,00 0,68	0,00 0,68	243,11 213,02	35,29 31,18	273,20 235,67	0,86 0,69	
	Итого: сад	С 200	6,11	5,44	28,44	261,30	0,08	0,36	0,34	0,58	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П.Могильный 2005
	Итого: ясли	С 200	6,11	5,44	28,44	261,30	0,08	0,36	0,34	0,58	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П.Могильный 2005
	Молоко кипяченое с м.д.ж.2,5%	С 200	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	№ 700 А.И.Здобнов 2005
	Икра морковная	С 50	0,72	1,91	1,97	24,31	0,02	0,03	0,22	8,75	18,59	26,50	13,95	8,37	0,18	№ 101 М.П.Могильный 2005
	Суп картофельный с крупной гречневой	С 200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 279 М.П.Могильный 2005	
Тефтели 2-ой вариант	С 150 С 70	1,22 11,48	3,15 18,90	6,82 17,09	63,95 284,20	0,07 0,07	0,05 0,12	0,90 2,80	4,56 0,00	19,80 0,00	123,00 11,25	102,00 16,25	1,02 81,25	1,05 0,75	№ 279 М.П.Могильный 2005	
Соус сметанный с томатом	С 50 С 30	8,20 0,53	13,50 1,50	12,20 2,11	203,00 24,03	0,05 0,02	0,09 0,03	2,00 6,00	0,00 0,00	11,25 9,00	16,25 6,00	81,25 12,00	0,75 0,24	№ 331 М.П.Могильный 2005		
Макаронные изделия отварные	С 130 С 110	4,76 4,03	3,65 3,09	22,85 19,33	143,40 121,30	0,12 0,10	0,07 0,06	1,48 1,25	0,00 0,00	2,70 23,50	33,00 27,90	102,70 102,70	2,35 2,35	№ 203 М.П.Могильный 2005		
Компот из свежих плодов (яблоки или сливы)	С 180 С 180	0,43 0,41	0,25 0,09	12,66 30,59	54,61 124,74	0,01 0,01	0,01 0,01	0,00 0,00	2,34 1,90	13,37 11,14	3,24 2,70	0,00 0,00	0,40 0,33	№ 521 М.П.Могильный 2012 № 859		
Хлеб пшеничный	С 150 С 40	0,33 3,04	0,21 0,32	10,55 19,68	45,51 94,00	0,01 0,07	0,01 0,03	0,00 0,64	0,00 0,64	7,06 9,20	4,87 13,20	4,87 26,10	0,00 0,60	А.И.Здобнов, В.А.Цыганенко № 122 А.Я.Перевалов 2012		
Хлеб ржано-пшеничный	С 37 С 30	2,28 1,98	0,45 0,36	12,52 10,02	52,20 775,07	1,60 2,34	0,03 0,38	0,26 0,21	0,48 0,21	6,90 10,50	9,90 14,10	26,10 47,40	0,60 1,17	№ 123 А.Я.Перевалов 2012		
Итого: сад	С 737	25,06	31,18	97,97	775,07	1,91	0,30	12,54	35,17	133,96	148,48	518,29	8,37			
Итого: ясли	С 580	19,03	23,07	97,01	674,30	1,91	0,30	10,97	29,71	103,24	112,55	400,82	6,64			
Запеканка из творога с м.д.ж.5%	С 120 С 100	21,05 17,54	14,46 12,05	20,58 17,15	296,48 247,00	0,06 0,05	0,04 0,03	0,61 0,51	0,36 0,30	182,40 152,00	27,60 23,00	168,00 140,00	1,04 0,87	№ 223 М.П.Могильный 2005		
Соус молочный сладкий	С 30 С 30	0,58 0,13	1,36 0,02	3,98 11,30	30,45 45,50	0,01 0,00	0,02 0,01	0,04 0,00	0,04 0,00	18,81 18,81	2,64 2,64	14,69 14,69	0,05 0,80	№ 327 М.П.Могильный 2005 № 393 М.П.Могильный 2012		
Чай с лимоном	С 200/1/8 С 150/7/4	0,07 0,07	0,01 0,01	7,10 35,86	29,00 376,43	0,00 0,07	0,01 0,07	0,00 0,65	0,00 0,55	5,86 206,61	0,00 30,24	0,00 182,69	0,72 1,89			
Итого: сад	С 350	21,76	15,84	35,86	306,45	0,06	0,06	0,55	0,50	176,67	25,64	154,69	1,64			
Итого: ясли	С 280	18,19	13,42	28,23	306,45	0,06	0,06	0,55	0,50	176,67	25,64	154,69	1,64			
Всего за день: сад	С 1502	56,87	55,38	166,09	1432,33	2,51	0,64	13,58	36,41	583,68	214,01	974,18	11,13			
Всего за день: ясли	С 1215	46,90	48,04	153,68	1242,05	2,05	0,72	11,86	30,79	492,93	169,37	791,18	8,97			

7 день

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	целесообразность (ккал)	B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	№ рецептуры
Завтрак	Каша жидкая молочная из рисовой крупы	С 180	1,96	4,58	20,27	130,70	0,01	0,03	0,59	0,13	27,00	3,60	22,08	0,05	№ 182 М.П.Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	С 200	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04	№ 122 А.Я.Перевалов
	Масло сладко-сливочное Крестыанское (порциами) 72,5%	С 7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,84	0,00	0,00	0,01	№ 119 М.П.Могильный
	Чай с молоком с м.д.ж. 2,5%	С 200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	С 407	6,45	7,34	46,03	276,50	0,05	0,19	0,71	1,46	155,50	19,00	114,86	0,54	
	Итого: ясли	С 350	4,37	11,24	31,33	244,20	0,05	0,16	0,60	1,31	137,24	16,90	101,90	0,42	
	Плоды свежие (Яблоко) или сок фруктовый (яблочный)	С 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П.Могильный 2005
	Суп-лапша домашняя	С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005
	Котлета рубленая из бройлер-пышлят	С 200	1,77	4,05	9,54	81,80	0,04	0,01	0,33	0,40	15,76	8,36	23,44	0,47	№ 218 А.И.Здобнов 2005
	Капуста тушеная	С 130	2,27	3,56	10,88	173,83	0,05	0,07	2,59	0,35	13,10	12,25	49,00	0,96	№ 295 М.П.Могильный 2005
Обед	Компот из смеси сухофруктов	С 180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 321 М.П.Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	С 40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 522 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С 657	21,19	18,70	89,54	613,17	2,10	0,14	4,05	0,75	173,01	96,50	351,60	6,71	
	Итого: ясли	С 520	15,93	14,11	70,57	474,70	1,71	0,11	2,98	0,55	140,80	76,97	282,33	5,36	
	Крепитель сахарный	С 60	4,31	7,94	36,76	235,64	0,04	0,02	0,91	0,00	10,22	14,64	21,40	0,58	№ 569 А.Я.Перевалов 2012
	Чай с сахаром	С 200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392 М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	С 260	4,38	7,96	47,86	280,04	0,04	0,02	0,93	0,03	21,32	16,04	24,18	0,89	
	Итого: ясли	С 210	3,61	6,46	36,85	235,64	0,04	0,02	0,91	0,00	10,22	14,64	21,40	0,58	
	Всего за день: сад	С 1324	32,02	34,00	183,43	1169,71	2,19	0,35	5,69	2,25	349,83	131,54	490,64	8,14	
Всего за день: ясли	С 1080	21,04	21,04	101,90	613,17	1,71	0,11	2,98	0,55	140,80	76,97	282,33	5,36		



Прим пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	энергетическая ценность (ккал)	В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	№ рецептуры	
9 день																
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	С 180	5,17	4,69	16,95	130,70	0,05	0,13	0,57	4,68	109,44	18,00	86,40	0,40	№ 120 М.П.Могильный 2005	
	Хлеб пшеничный	Я 150	4,31	3,91	14,13	108,90	0,05	0,11	0,48	3,90	91,20	15,00	72,00	0,33	№ 122 А.Я.Перевалов	
	Масло сладко-сливочное	С 20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,08	№ 119 М.П.Могильный	
	Крестьянское (порция) 72,5%	С 7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,00	0,00	0,00	0,00	0,84	0,00	0,00	0,01	№ 395 М.П.Могильный 2012	
	Кофейный напиток с молоком с м.д.ж. 2,5% (вариант)	С 200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60		
	Итого: сад	Я 180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54		
	Итого: ясли	С 407	9,81	7,51	40,96	271,00	1,10	0,13	0,72	4,68	233,44	36,00	206,40	1,08		
	Плоды свежие (Яблоко) или сок фруктовый (яблочный)	Я 350	7,18	11,38	26,98	239,00	0,99	0,11	0,62	3,90	201,84	31,20	180,00	0,88	№ 338 М.П.Могильный 2005	
	овощи солёные (огурцы с зеленью в заливке)	С 1/100	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	0,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 389 М.П.Могильный 2005	
	Свекольник	С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 53 М.П.Могильный 2012	
Обед	Котлеты или биточки рыбные	С 50	0,45	2,35	2,97	34,80	0,02	0,02	0,23	2,82	9,08	6,60	11,40	0,30	№ 145 А.Я.Перевалов 2012	
	Соус сметанный 15%	Я 30	0,27	1,41	1,78	20,88	0,01	0,01	0,14	1,69	5,45	3,96	6,84	0,18	№ 234 М.П.Могильный 2005	
	Каша рассыпчатая пшеничная	С 200	1,74	3,53	9,67	92,62	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 330 М.П.Могильный 2005	
	Кисель из повидла	С 70	8,87	2,85	6,22	86,33	0,08	0,06	0,33	0,09	28,00	25,36	149,64	1,25	№ 302 М.П.Могильный 2005	
	Хлеб пшеничный	Я 50	6,34	2,04	4,44	61,66	0,06	0,04	0,24	0,06	20,00	18,11	106,88	189,00	№ 383 М.П.Могильный 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный	С 30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,02	1,23	1,00	1,12	17,03	10,00	20,00	0,26	№ 378 М.П.Могильный 2012	
	Омлет натуральный	С 130	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70	№ 122 А.Я.Перевалов 2012	
	Кефир с м.д.ж. 2,5% или ряженка с м.д.ж. 2,5%	Я 110	6,31	4,47	28,34	178,75	0,10	0,06	1,26	0,00	23,40	27,90	102,66	2,35	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
	Хлеб пшеничный	С 180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26		
	Итого: сад	Я 150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22		
Полдник	Кисель из повидла	С 180	0,13	0,05	24,55	99,18	0,01	0,01	0,09	0,10	10,44	1,29	6,89	0,12	№ 602, 603, 604	
	Хлеб пшеничный	Я 150	0,11	0,04	20,46	82,65	0,01	0,01	0,07	0,09	8,70	1,08	5,74	0,10	А.Я.Перевалов 2012	
	Хлеб ржано-пшеничный	С 25	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20		
	Омлет натуральный	Я 20	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20		
	Кефир с м.д.ж. 2,5% или ряженка с м.д.ж. 2,5%	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44		
	Хлеб пшеничный	Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
	Итого: сад	С 722	23,15	16,04	91,58	616,44	2,24	1,48	4,30	3,75	18,12	122,58	94,94	363,64	7,09	№ 210 М.П.Могильный 2005
	Итого: ясли	Я 570	18,36	12,51	75,21	495,73	1,85	1,43	3,75	18,12	122,58	94,94	363,64	193,99	№ 602, 603, 604	
	Омлет натуральный	С 80	7,52	13,46	1,51	157,00	0,05	0,31	0,15	0,21	100,54	16,90	138,60	2,55	А.Я.Перевалов 2012	
	Кефир с м.д.ж. 2,5% или ряженка с м.д.ж. 2,5%	Я 60	5,73	11,04	1,10	127,00	0,04	0,24	0,12	0,18	85,07	14,30	105,10	2,16	№ 386 М.П.Могильный 2005	
Всего за день: ясли	Кондитерские изделия (пирожки, вафли, печенье)	С 30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31		
	Хлеб пшеничный	С 180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18		
	Хлеб пшеничный	Я 150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15		
	Хлеб пшеничный	С 15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30		
	Итого: сад	Я 10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20		
	Итого: ясли	С 305	15,91	20,45	38,56	402,41	0,17	0,66	0,88	1,47	328,69	53,23	331,86	3,66		
	Всего за день: сад	Я 235	11,81	15,87	23,31	283,89	0,14	0,52	0,59	1,23	271,72	41,69	257,91	2,82		
	Всего за день: ясли	С 1434	48,87	44,00	171,10	1289,85	3,52	2,26	5,90	27,12	709,64	204,49	987,19	11,83		
	Всего за день: ясли	Я 1155	37,35	39,76	125,50	1018,62	2,97	2,06	4,96	23,25	596,14	167,83	801,55	197,69		

