

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
				Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг
		Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe	Б	Ж	У	В1	В2	С		Ca	Fe		
Завтрак																					
3	Каша манная на свежем молоке с маслом сливочным	150	200	6.3	7.3	28.0	180.6	0.09	0.2	1.7	165.0	0.4	7.7	8.8	35.5	268.8	0.1	0.3	2.0	193.4	0.5
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	3.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
114	Салат из соленых огурцов с луком	45	60	0.4	2.3	1.2	26.9	0.01	0.01	2.5	10.5	0.3	0.5	3.1	1.6	35.9	0.01	0.01	3.3	14.0	0.4
91	½ яйца	30	30	5.4	1.1	1.6	38.1	0.09	0.7	9.9	7.3	2.1	5.4	1.1	1.6	38.1	0.09	0.7	9.9	7.3	2.1
12	Бульон куриный с пшеничными гречками	150/50	200/85	41.9	28.3	83.7	774.6	0.2	0.07	-	26.2	2.3	59.1	39.6	121.3	1079.8	0.3	0.07	-	38.7	3.3
30	Макароны отварные с маслом сливочным	150	180	5.5	4.5	26.4	168.5	0.06	0.03	-	4.9	1.1	5.9	4.9	28.5	181.9	0.06	0.04	-	5.2	1.2
21	Азу куриное	50	70	14.6	19.3	3.0	255.4	0.05	0.1	2.1	16.4	1.6	20.8	26.9	5.7	365.1	0.1	0.2	4.0	28.8	4.5
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
52	Компот из сухофруктов сладкий	180	200	0.7	0.1	25.8	106.1	-	-	-	0.5	0.05	0.8	0.2	28.7	117.8	-	-	-	0.5	0.1

Полдник																					
98	Вафли	50	70	1.6	1.4	40.6	171.1	0.04	0.05	0.3	33.0	0.4	22.4	2.0	56.8	239.5	0.05	0.07	0.4	46.1	0.5
53	Кофейный напиток на свежем молоке	180	200	2.8	2.4	12.7	84.0	0.04	0.1	1.2	113.2	0.1	3.1	2.7	14.2	93.3	0.04	0.1	1.3	125.7	0.1
104	Фрукты	75	100	0.6	0.2	8.5	40.6	0.03	0.02	18.5	16.8	0.8	0.8	0.3	11.3	54.2	0.04	0.04	24.6	22.4	1.1
Ужин																					
32	Рагу овощное с маслом сливочным	200	250	5.0	6.8	19.3	168.4	0.1	0.2	11.2	128.5	1.4	6.3	8.5	24.1	210.5	0.1	0.3	14.0	160.6	1.8
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Итого за день				113.6	85.0	329.3	2406.1	0.9	1.6	61.8	580.8	16.3	165.5	110.9	420.5	3141.7	1.8	1.9	75.5	710.9	22.2

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
		Ясли	Сад	Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe	Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак																					
7	Каша рисовая на свежем молоке с маслом сливочным	150	200	6.7	7.8	39.2	240.2	0.2	0.2	1.8	187.0	1.0	8.2	9.2	50.4	299.7	0.2	0.3	2.1	218.4	1.3
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
53	Кофейный напиток на свежем молоке	180	200	2.8	2.4	12.7	84.0	0.04	0.1	1.2	113.2	0.1	3.1	2.7	14.2	93.3	0.04	0.1	1.3	125.7	0.1
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	3.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
115	Салат из свежих помидоров с луком	45	60	0.5	2.8	2.1	35.6	0.02	0.01	9.2	7.9	0.4	0.7	3.7	2.8	47.5	0.03	0.02	12.3	10.5	0.5
77	Щи из свежей капусты с мясом и сметаной	200	250	3.0	4.8	6.9	94.5	0.05	0.03	15.5	37.5	0.7	3.7	7.1	8.6	118.0	0.06	0.04	19.4	46.8	0.9
26	Картофель «подомашнему» с мясом с маслом сливочным	200	250	17.7	7.0	32.0	282.6	0.2	0.2	37.9	26.9	1.9	22.1	8.8	40.0	353.3	0.3	0.3	47.4	33.6	2.4
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
50	Компот из кураги сладкий	180	200	1.0	0.06	23.5	99.2	0.02	0.04	0.7	29.5	0.6	1.0	0.06	26.2	110.2	0.02	0.04	0.8	32.5	0.7
Полдник																					
102	Печенье	50	70	3.7	4.7	36.6	203.5	0.07	0.03	-	13.0	0.7	5.2	6.6	51.2	284.9	0.09	0.04	-	18.2	1.0

48	Кисель	180	200	-	-	16.2	55.8	-	-	-	0.5	0.1	-	-	18.0	60.0	-	-	-	0.5	0.07
104	Фрукты	75	100	0.6	0.2	8.5	40.6	0.03	0.02	18.5	16.8	0.8	0.8	0.3	11.3	54.2	0.04	0.04	24.6	22.4	1.1
Ужин																					
39	Винегрет с маслом растительным	200	250	3.2	10.4	16.8	183.0	0.1	0.1	22.0	53.4	1.8	4.0	13.0	21.0	228.8	0.1	0.1	27.5	66.8	2.3
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Итого за день				57.2	48.7	261.2	1666.4	0.9	0.8	115.8	533.8	13.3	69.5	61.2	321.9	2057.4	1.8	1.1	145.4	632.0	16.5

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
		Ясли	Сад	Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe	Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак																					
72	Запеканка творожная с морковью со сметанно-молочным соусом	120	150	14.3	15.7	29.6	310.8	0.07	0.3	0.9	144.7	0.9	17.9	20.5	37.3	396.0	0.09	0.5	1.1	182.9	1.1
76		/20	/30																		
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
46	Какао на свежем молоке сладкое	180	200	3.8	3.2	15.6	106.8	0.06	0.1	1.4	137.6	0.5	4.2	3.6	17.3	118.7	0.06	0.2	1.6	152.9	0.5
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
40	Салат из зеленого горошка с луком с маслом растительным	45	60	1.0	4.8	2.2	56.4	-	-	-	2.5	0.06	1.4	5.8	2.3	72.5	0.01	-	-	3.1	0.08
19	Суп с рыбными консервами	200	250	6.5	6.1	8.8	116.0	0.07	0.1	5.1	30.3	0.9	8.1	7.0	11.0	139.0	0.08	0.1	6.4	37.8	1.1
36	Суфле из филе индейки на свежем молоке с маслом сливочным	80	100	11.1	7.8	3.0	132.1	0.02	0.1	0.2	37.2	0.7	13.8	9.8	3.8	165.2	0.02	0.1	0.2	46.5	0.9
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
51	Компот из свежих фруктов (яблок) сладкий	180	200	0.1	0.1	14.3	54.0	0.01	0.01	6.0	6.0	0.8	0.2	0.2	15.9	60.0	0.01	0.01	6.6	6.6	0.9

Полдник																					
112	Хлеб пшеничный с сыром	40	60	4.2	2.2	13.5	92.3	-	-	0.02	-	-	6.4	3.2	20.3	138.5	-	-	0.04	-	-
55	Молоко кипяченое	180	200	5.3	4.6	8.6	97.2	0.1	0.2	2.4	216.0	0.2	5.8	5.0	9.6	108.0	0.08	0.3	2.6	240.0	0.2
104	Фрукты	75	100	0.6	0.2	8.5	40.6	0.03	0.02	18.5	16.8	0.8	0.8	0.3	11.3	54.2	0.04	0.04	24.6	22.4	1.1
Ужин																					
34	Рагу овощное с мясом с маслом сливочным и растительным	200	250	17.4	18.9	15.0	299.4	0.06	0.1	9.7	41.6	2.8	21.8	23.6	18.8	374.3	0.08	0.1	12.1	52.0	3.5
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
60	Чай с лимоном сладкий	180	200	0.1	0.02	10.2	41.0	-	-	2.9	12.8	0.4	0.1	0.02	11.3	45.6	-	-	3.1	14.2	0.4
Итого за день				71.6	69.3	184.2	1649.6	0.6	1.0	50.7	683.2	10.0	89.2	85.6	224.1	2030.2	1.4	1.4	62.3	803.4	15.4

Номер рецептуры	Наименование блюд	Масса порции		Ясли									Сад								
				Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
		Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe	Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe		
Завтрак																					
31	Омлет на свежем молоке с маслом сливочным	80	100	10.6	12.6	4.8	176.8	0.04	0.9	1.3	121.2	0.1	13.7	18.0	6.7	247.0	1.1	1.2	1.8	170.3	0.2
88	Кукуруза консервированная	45	60	1.0	0.2	5.0	26.1	0.01	0.02	2.2	18.9	-	1.3	0.2	6.7	34.8	0.01	0.03	2.9	25.2	-
81	Хлеб пшеничный с маслом сливочным и сыром	44	62	3.6	5.4	9.8	106.0	-	-	0.1	-	0.5	5.1	7.0	14.6	145.0	-	-	0.2	-	0.6
53	Кофейный напиток на свежем молоке	180	200	2.8	2.4	12.7	84.0	0.04	0.1	1.2	113.2	0.1	3.1	2.7	14.2	93.3	0.04	0.1	1.3	125.7	0.1
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
90	Филе сельди с луком	45	60	4.0	4.9	0.7	87.0	0.01	0.04	0.8	29.9	0.4	5.3	6.5	0.9	116.0	0.01	0.05	1.0	39.9	0.6
13	Рассольник с мясом и сметаной	200	250	12.0	15.1	28.3	298.1	0.3	0.1	24.5	60.1	2.8	15.0	18.9	35.4	372.6	0.4	0.1	30.7	75.1	3.5
27	Картофельное пюре на свежем молоке с маслом сливочным	150	180	3.3	4.7	8.0	123.9	0.1	10.5	3.1	55.1	0.7	3.9	5.6	9.6	148.7	0.1	12.6	3.8	66.1	0.9
28	Котлета мясная	70	80	10.3	4.1	3.8	87.5	0.04	0.08	-	9.5	0.7	11.8	4.7	4.3	100.0	0.05	0.1	-	10.9	0.8
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
57	Напиток лимонный сладкий	180	200	0.1	0.01	22.0	86.4	-	-	5.8	6.2	0.1	0.1	0.02	24.4	96.0	-	-	6.4	6.9	0.2

Полдник																					
66	Пирог с начинкой	60	70	3.9	4.3	24.4	162.0	0.07	0.03	18.5	26.4	0.5	4.5	5.0	28.5	189.0	0.08	0.04	21.6	30.8	0.5
48	Кисель	180	200	-	-	16.2	55.8	-	-	-	0.5	0.1	-	-	18.0	60.0	-	-	-	0.5	0.07
Ужин																					
8	Каша ячневая на свежем молоке с маслом сливочным	200	250	8.4	9.0	39.1	271.0	0.2	0.3	2.0	218.8	0.9	10.5	11.3	48.9	338.8	0.3	0.4	2.5	273.5	1.1
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Итого за день				173.2	66.7	229.7	1819.0	0.9	12.1	68.5	700.1	11.6	92.6	84.4	276.3	2240.3	2.9	14.9	82.2	872.3	14.1

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
				Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
		Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe	Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe		
Завтрак																					
38	Филе рыбы (горбуша) порционно под овощами	70	80	6.6	3.5	3.1	70.0	0.05	0.05	3.0	27.0	0.5	7.6	4.0	3.5	80.0	0.06	0.06	3.5	30.9	0.6
89	Фасоль консервированная	45	60	9.5	0.9	21.2	134.1	0.2	0.08	-	67.5	2.7	12.6	1.2	28.2	178.8	0.3	0.1	-	90.0	3.5
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
55	Молоко кипяченое	180	200	5.3	4.6	8.6	97.2	0.07	0.2	2.4	216.0	0.2	5.8	5.0	9.6	108.0	0.08	0.3	2.6	240.0	0.2
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
109	Помидор свежий	45	60	0.3	0.09	1.9	9.0	0.03	0.02	11.3	6.3	0.4	0.4	0.1	2.5	11.9	0.04	0.02	15.0	8.4	0.5
17	Суп-лапша с мясом птицы	200	250	13.7	11.7	12.0	230.8	0.01	0.03	1.2	43.2	8.9	14.2	12.5	15.0	238.3	0.01	0.03	1.3	45.8	9.0
33	Рагу овощное с курой с маслом сливочным и растительным	200	250	32.8	34.4	15.0	500.8	0.1	0.3	11.3	55.2	4.1	41.0	43.0	18.8	626.0	0.1	0.4	14.1	69.0	5.1
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
52	Компот из сухофруктов сладкий	180	200	0.7	0.1	25.8	106.1	-	-	-	0.5	0.05	0.8	0.2	28.7	117.8	-	-	-	0.5	0.1
Полдник																					
65	Гребешок с повидлом	60	70	4.5	4.1	25.3	157.1	0.09	0.03	0.2	32.6	0.8	5.3	4.8	29.5	183.3	0.1	0.04	0.3	38.0	0.9

94	Напиток кисломолочный	180	200	4.9	5.8	12.6	124.6	0.1	0.2	1.2	209.6	0.2	5.4	6.4	13.9	138.4	0.06	0.3	1.4	233.0	0.2
Ужин																					
6	Каша пшено- гречневая на свежем молоке с маслом сливочным	200	250	9.4	10.1	38.7	279.9	0.2	0.3	2.1	208.0	1.9	11.8	12.6	48.4	349.9	0.3	0.4	2.6	260.0	2.4
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
61	Чай с молоком сладкий	180	200	3.2	2.8	19.6	116.3	0.06	0.1	1.4	134.6	0.4	3.5	3.1	25.1	142.6	0.06	0.2	1.6	149.6	0.4
Итого за день				98.1	83.4	238.7	2128.9	1.1	1.4	37.7	1038.2	24.9	117.1	99.5	288.4	2533.2	2.0	1.9	46.4	1210.2	28.5

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
				Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг
		Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe	Б	Ж	У	В1	В2	С		Ca	Fe		
Завтрак																					
2	Каша гречневая на свежем молоке с маслом сливочным	150	200	7.6	8.1	28.2	213.0	0.2	0.3	1.7	166.4	2.2	9.4	9.7	35.8	265.4	0.2	0.3	2.0	194.8	2.9
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
46	Какао на свежем молоке сладкое	180	200	3.8	3.2	15.6	106.8	0.06	0.1	1.4	137.6	0.5	4.2	3.6	17.3	118.7	0.06	0.2	1.6	152.9	0.5
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
86	Икра кабачковая	45	60	0.9	4.0	3.5	53.6	0.01	0.02	3.2	18.5	0.3	1.1	5.3	4.6	71.4	0.01	0.03	4.2	24.6	0.4
16	Суп картофельный с бобовыми и мясом птицы	200	250	4.3	3.9	17.5	105.6	0.2	0.06	4.8	28.4	1.0	6.5	5.2	21.9	148.9	0.2	0.08	6.1	35.6	1.3
79	Плов с мясом птицы	160	210	16.2	23.7	27.4	387.9	0.2	0.09	1.8	31.5	1.5	21.2	30.0	35.8	496.9	0.3	0.1	1.9	41.2	3.2
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
57	Напиток лимонный сладкий	180	200	0.1	0.01	22.0	86.4	-	-	5.8	6.2	0.1	0.1	0.02	24.4	96.0	-	-	6.4	6.9	0.2
Полдник																					
62	Булочка «Веснушка» с изюмом	60	70	5.0	3.3	29.7	168.6	0.09	0.06	-	19.8	0.8	5.9	3.9	34.7	196.7	0.1	0.09	-	23.3	1.2
48	Кисель	180	200	-	-	16.2	55.8	-	-	-	0.5	0.1	-	-	18.0	60.0	-	-	-	0.5	0.07
104	Фрукты	75	100	0.6	0.2	8.5	40.6	0.03	0.02	18.5	16.8	0.8	0.8	0.3	11.3	54.2	0.04	0.04	24.6	22.4	1.1

Ужин

29	Лапша в молоке с маслом сливочным	200	250	7.2	10.1	26.0	220.3	0.1	0.4	2.2	210.7	0.6	9.0	12.6	32.5	275.4	0.1	0.5	2.8	263.4	0.8
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Итого за день				63.7	65.0	261.3	1786.0	1.1	1.1	48.4	684.5	13.1	78.9	80.3	314.5	2191.1	1.9	1.4	59.6	822.2	17.8

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
				Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг			Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг
		Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe	Б	Ж	У	В1	В2	С		Ca	Fe		
Завтрак																					
1	Каша геркулесовая на свежем молоке с маслом сливочным	150	200	7.1	8.7	27.7	215.6	0.2	0.2	1.7	174.5	1.1	8.8	10.7	35.2	268.9	0.2	0.3	2.0	205.5	1.5
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
46	Какао на свежем молоке сладкое	180	200	3.8	3.2	15.6	106.8	0.06	0.1	1.4	137.6	0.5	4.2	3.6	17.3	118.7	0.06	0.2	1.6	152.9	0.5
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
109	Помидор свежий	45	60	0.3	0.09	1.9	9.0	0.03	0.02	11.3	6.3	0.4	0.4	0.1	2.5	11.9	0.04	0.02	15.0	8.4	0.5
14	Свекольник на мясокостном бульоне со сметаной	200	250	1.6	4.1	11.9	90.7	0.04	0.04	5.6	25.1	1.1	2.0	5.2	14.8	113.3	0.05	0.05	7.0	31.3	1.3
32	Рагу овощное с маслом сливочным	150	180	3.8	5.1	14.4	126.3	0.1	0.1	8.4	96.4	1.1	4.5	6.1	17.4	151.6	0.09	0.2	10.1	115.7	1.3
28	Котлета мясная	70	80	10.3	4.1	3.8	87.5	0.04	0.08	-	9.5	0.7	11.8	4.7	4.3	100.0	0.05	0.1	-	10.9	0.8
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
52	Компот из сухофруктов сладкий	180	200	0.7	0.1	25.8	106.1	-	-	-	0.5	0.05	0.8	0.2	28.7	117.8	-	-	-	0.5	0.1

Полдник																					
102	Печенье, пряник	50	70	3.1	3.1	37.8	185.7	0.06	0.03	-	8.8	0.5	4.3	4.3	52.8	260.0	0.08	0.04	-	12.3	0.7
103	Напиток кисломолоч ный	180	200	4.9	5.8	12.6	124.6	0.1	0.2	1.2	209.6	0.2	5.4	6.4	13.9	138.4	0.06	0.3	1.4	233.0	0.2
104	Фрукты	75	100	0.6	0.2	8.5	40.6	0.03	0.02	18.5	16.8	0.8	0.8	0.3	11.3	54.2	0.04	0.04	24.6	22.4	1.1
Ужин																					
27	Картофель ное пюре на свежем молоке с маслом сливочным	200	250	3.9	5.6	9.6	148.7	0.1	12.6	3.8	66.1	0.9	4.9	7.0	12.0	185.9	0.1	15.8	4.8	82.6	1.1
86	Икра кабачковая	45	60	0.9	4.0	3.5	53.6	0.01	0.02	3.2	18.5	0.3	1.1	5.3	4.6	71.4	0.01	0.03	4.2	24.6	0.4
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Итого за день				59.0	52.6	239.8	1642.6	0.9	13.5	64.1	817.8	12.9	69.7	63.6	293.0	1999.6	1.7	17.2	80.7	956.7	15.6

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
		Ясли	Сад	Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe	Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
Завтрак																					
113	Крупеник творожный с маслом сливочным с вареньем	120	150	11.0	11.3	44.1	320.6	0.08	0.3	0.2	136.5	0.8	13.8	14.2	54.2	397.4	0.1	0.4	0.2	170.6	1.0
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
116	Огурец свежий	45	60	0.4	0.05	1.1	6.3	0.01	0.02	4.5	10.4	0.3	0.5	0.06	1.5	8.4	0.02	0.02	6.0	13.8	0.4
15	Суп гороховый на мясокостном бульоне	200	250	106. 8	54.3	70.0	1202. 9	0.7	0.5	4.3	47.9	2.1	133. 6	67.8	87.5	1501. 6	0.8	0.6	5.3	59.8	2.7
35	Рис отварной с маслом сливочным	150	180	3.6	5.4	36.7	209.7	0.03	0.02	-	1.4	0.5	4.4	6.4	44.0	251.6	0.04	0.02	-	1.6	0.6
24	Гуляш из печени говядины	50	70	8.3	7.1	2.0	106.0	0.03	0.07	-	9.5	1.2	11.8	10.0	2.8	148.4	0.04	0.08	-	13.4	1.6
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
57	Напиток лимонный сладкий	180	200	0.1	0.01	22.0	86.4	-	-	5.8	6.2	0.1	0.1	0.02	24.4	96.0	-	-	6.4	6.9	0.2
Полдник																					
64	Ватрушка с творогом	60	70	4.8	3.7	21.0	156.3	0.08	0.09	0.3	47.2	0.4	5.6	4.3	24.5	182.3	0.09	0.1	0.3	55.1	0.5

94	Напиток кисломолоч ный	180	200	4.9	5.8	12.6	124.6	0.1	0.2	1.2	209.6	0.2	5.4	6.4	13.9	138.4	0.06	0.3	1.4	233.0	0.2
Ужин																					
8	Каша ячневая на свежем молоке с маслом сливочным	200	250	8.4	9.0	39.1	271.0	0.2	0.3	2.0	218.8	0.9	10.5	11.3	48.9	338.8	0.3	0.4	2.5	273.5	1.1
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Итого за день				177.1	108.0	327.1	2875.6	1.4	1.6	32.7	746.0	12.2	218.4	133.3	392.9	3519.7	2.4	2.0	38.1	895.9	14.9

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
				Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
		Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe	Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe		
Завтрак																					
31	Омлет на свежем молоке с маслом сливочным	80	100	10.6	12.6	4.8	176.8	0.04	0.9	1.3	121.2	0.1	13.7	18.0	6.7	247.0	1.1	1.2	1.8	170.3	0.2
88	Кукуруза консервированная	45	60	1.0	0.2	5.0	26.1	0.01	0.02	2.2	18.9	-	1.3	0.2	6.7	34.8	0.01	0.03	2.9	25.2	-
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
53	Кофейный напиток на свежем молоке	180	200	2.8	2.4	12.7	84.0	0.04	0.1	1.2	113.2	0.1	3.1	2.7	14.2	93.3	0.04	0.1	1.3	125.7	0.1
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
117	Салат из белокочанной капусты	45	60	0.5	2.8	2.1	35.6	0.02	0.01	9.2	7.9	0.4	0.7	3.7	2.8	47.5	0.03	0.02	12.3	10.5	0.5
18	Суп «польский» на мясокостном бульоне со сметаной	200	250	103.6	55.3	67.1	1193.1	0.5	0.5	7.1	38.3	0.9	129.4	69.2	83.8	1491.4	0.6	0.6	8.9	47.8	1.2
23	Греча отварная с мясом с маслом сливочным	200	250	29.9	10.9	55.1	404.4	0.4	0.3	1.4	37.6	6.7	37.4	13.6	68.9	505.5	0.5	0.4	1.8	47.0	8.4
93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
49	Компот из изюма сладкий	180	200	0.5	0.1	26.3	105.0	0.04	0.01	14.9	-	0.6	0.6	0.1	29.2	116.7	0.04	0.02	-	16.5	0.7

Полдник																					
112	Хлеб пшеничный с сыром	40	60	4.2	2.2	13.5	92.3	-	-	0.02	-	-	6.4	3.2	20.3	138.5	-	-	0.04	-	-
60	Чай с лимоном сладкий	180	200	0.1	0.02	10.2	41.0	-	-	2.9	12.8	0.4	0.1	0.02	11.3	45.6	-	-	3.1	14.2	0.4
104	Фрукты	75	100	0.6	0.2	8.5	40.6	0.03	0.02	18.5	16.8	0.8	0.8	0.3	11.3	54.2	0.04	0.04	24.6	22.4	1.1
Ужин																					
5	Каша пшеничная на свежем молоке с маслом сливочным	200	250	9.5	8.9	41.3	272.2	0.2	0.3	2.0	186.8	2.0	11.9	11.1	51.6	340.3	0.3	0.4	2.5	233.5	2.5
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
59	Чай сладкий	180	200	10.8	2.8	11.8	44.4	-	0.01	5.4	10.4	0.5	12.0	3.1	13.0	49.3	-	0.01	6.0	11.6	0.5
Итого за день				182.4	104.7	316.7	2841.6	1.4	2.2	69.7	601.6	17.2	227.2	132.3	388.4	3545.4	3.6	2.9	69.3	769.7	21.2

Номер рецептуры	Наименование блюда	Масса порции		Ясли									Сад								
				Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Пищевые вещества, г			Калорийность, ккал	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
		Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe	Б	Ж	У	В1	В2		С	Ca	Fe		
Завтрак																					
37	Суфле из рыбы на свежем молоке с маслом сливочным	80	100	11.8	3.4	2.7	88.8	0.08	0.08	0.08	47.8	0.6	14.8	4.3	3.4	111.0	0.1	0.1	0.1	59.7	0.8
40	Салат из зеленого горошка с луком с маслом растительным	45	60	1.0	4.8	2.2	56.4	-	-	-	2.5	0.06	1.4	5.8	2.3	72.5	0.01	-	-	3.1	0.08
80	Хлеб пшеничный с маслом сливочным	32	38	2.0	4.5	11.8	93.0	0.05	0.01	-	7.8	0.5	2.4	5.2	14.1	108.4	0.06	0.01	-	9.2	0.6
46	Какао на свежем молоке сладкое	180	200	3.8	3.2	15.6	106.8	0.06	0.1	1.4	137.6	0.5	4.2	3.6	17.3	118.7	0.06	0.2	1.6	152.9	0.5
Второй завтрак																					
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Обед																					
42	Салат из свежей моркови с маслом растительным	45	60	0.6	0.05	5.2	23.5	0.03	0.03	2.2	11.7	0.3	0.8	0.06	7.0	31.4	0.04	0.04	2.9	15.6	0.4
11	Борщ со свежей капустой с мясом и сметаной	200	250	12.7	20.7	25.5	294.3	0.1	0.3	68.9	108.7	2.3	15.8	25.9	31.9	367.9	0.1	0.4	86.1	135.9	2.9
25	«Ежики» мясные в томатном соусе	150	200	19.0	14.2	9.7	253.1	0.08	0.2	1.2	13.5	3.0	25.3	18.9	12.9	337.5	0.1	0.3	1.6	18.0	4.0

93	Хлеб ржаной	35	45	2.3	0.4	11.7	60.9	0.06	0.03	-	12.3	1.4	3.0	0.5	15.0	78.3	0.8	0.04	-	15.8	1.8
52	Компот из сухофруктов сладкий	180	200	0.7	0.1	25.8	106.1	-	-	-	0.5	0.05	0.8	0.2	28.7	117.8	-	-	-	0.5	0.1
Полдник																					
101	Мармелад	50	70	0.05	-	39.8	160.5	-	-	-	2.0	0.3	0.1	-	55.5	224.8	-	-	-	2.8	0.3
58	Сок фруктовый	180	200	1.0	0.2	18.2	82.8	0.02	0.02	5.6	12.6	2.5	1.0	0.2	20.2	92.0	0.02	0.02	4.0	14.0	2.8
Ужин																					
22	Пюре гороховое с маслом сливочным	200	250	6.3	3.5	18.8	170.0	0.2	0.2	-	64.6	1.0	7.9	4.4	23.5	212.5	0.3	0.3	-	80.8	1.3
92	Хлеб пшеничный	25	30	1.9	0.6	13.2	66.3	0.03	0.01	-	5.0	0.3	2.3	0.7	15.9	79.5	0.03	0.01	-	6.0	0.4
60	Чай с лимоном сладкий	180	200	0.1	0.02	10.2	41.0	-	-	2.9	12.8	0.4	0.1	0.02	11.3	45.6	-	-	3.1	14.2	0.4
Итого за день				64.3	55.9	228.6	1686.3	0.7	1.0	83.9	452.0	15.7	80.9	70.0	279.2	2089.9	1.8	1.4	103.4	542.5	19.8