

Гигиеническая оценка меню:

№	Перечень детализируемой информации	Детализация информации
1	Название меню	Примерное десятидневное меню детский сад (55883)
2	Информация о возрастной группе детей	от 3 до 7 лет
3	Информация о характеристике питающихся	Без особенностей
4	Тип организации, для которого разработано меню	Уровень 1 – Организация дошкольного образования
5	Режим питания	Завтрак, второй завтрак, обед, полдник, ужин
6	Технологические карты на заявленные в меню блюда с указанием сборника рецептур предназначенных для питания детей	Представлены в полном объеме, все технологические карты заимствованы из «Сборник методических рекомендаций по организации питания детей и подростков в учреждениях образования Санкт-Петербурга. - СПб.: Речь, 2008.», «Пособие. Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания обучающихся 1-4-х классов общеобразовательных организаций / Москва, 2022 г.»
7	Информация о планируемых к использованию полуфабрикатах	Планируется использование полуфабрикатов

Информация об энергетической, пищевой и витаминно-минеральной ценности меню

Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	404	400	101%	21 %
Калорийность, ккал.	395.72	360-450	110%	22%
Количество белков (г)	11.79	10.8	109%	22%
Количество жиров (г)	12.78	12	107%	21%
Количество углеводов (г)	58.34	52.2	112%	22%
Витамин С, мг	11.69	10	117%	23%
Витамин В1, мг	0.21	0.18	117%	23%
Витамин В2, мг	0.23	0.2	115%	23%
Витамин А, мкг рэ	115.4	100	115%	23%
Кальций, мг	206.92	180	115%	23%
Магний, мг	43.91	40	110%	22%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 55883

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Завтрак (в %)	сутки (в %)
Железо, мг	2.30	2	115%	23%
Калий, мг	127.05	120	106%	21%
Йод, мкг	20	20	100%	20%
Селен, мкг	1	4	25%	20%

Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Второй завтрак (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	148	100	148%	8 %
Калорийность, ккал.	90	85.3-117	105%	5%
Количество белков (г)	2.7	2.7	100%	5%
Количество жиров (г)	3	3	100%	5%
Количество углеводов (г)	13.05	13.05	100%	5%
Витамин С, мг	2.5	2.5	100%	5%
Витамин В1, мг	0.04	0.05	80%	4%
Витамин В2, мг	0.05	0.05	100%	5%
Витамин А, мкг рэ	25	25	100%	5%
Кальций, мг	45	45	100%	5%
Магний, мг	10	10	100%	5%
Железо, мг	0.5	0.5	100%	5%
Калий, мг	30	30	100%	5%
Йод, мкг	3	5	60%	3%
Селен, мкг	1	1	100%	5%

Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Обед (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	646	600	108%	33 %
Калорийность, ккал.	565.29	540-630	105%	31%
Количество белков (г)	17.41	16.2	107%	32%
Количество жиров (г)	18.81	18	105%	31%
Количество углеводов (г)	81.54	78.3	104%	31%
Витамин С, мг	16.07	15	107%	32%
Витамин В1, мг	0.29	0.27	107%	32%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 55883

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Обед (в %)	сутки (в %)
Витамин В2, мг	0.32	0.3	107%	32%
Витамин А, мкг рэ	163.56	150	109%	33%
Кальций, мг	285.65	270	106%	32%
Магний, мг	63.13	60	105%	32%
Железо, мг	3.25	3	108%	33%
Калий, мг	188.93	180	105%	31%
Йод, мкг	30	30	100%	30%
Селен, мкг	1	6	17%	5%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Полдник (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	252	250	101%	13 %
Калорийность, ккал.	216.62	180-270	120%	12%
Количество белков (г)	6.71	5.4	124%	12%
Количество жиров (г)	7.04	6	117%	12%
Количество углеводов (г)	32.39	26.1	124%	12%
Витамин С, мг	5.97	5	119%	12%
Витамин В1, мг	0.11	0.09	122%	12%
Витамин В2, мг	0.11	0.1	110%	11%
Витамин А, мкг рэ	60.93	50	122%	12%
Кальций, мг	115.8	90	129%	13%
Магний, мг	24.74	20	124%	12%
Железо, мг	1.22	1	122%	12%
Калий, мг	70.88	60	118%	12%
Йод, мкг	10	10	100%	10%
Селен, мкг	1	2	50%	5%

Меню Ужин

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на	
			Ужин (в %)	сутки (в %)
Масса(г)	460	450	102%	24%
Калорийность, ккал.	399.37	360-450	111%	22%
Количество белков (г)	12.17	10.8	113%	23%
Количество жиров (г)	13.21	12	110%	22%
Количество углеводов (г)	57.89	52.2	111%	22%
Витамин С, мг	10.82	10	108%	22%

Разработчик: "ФБУН Новосибирский НИИ гигиены Роспотребнадзора"
ID меню: 55883

Витамин В1, мг	0.2	0.18	111%	22%
Витамин В2, мг	0.2	0.2	100%	20%
Витамин А, мкг рэ	110.24	100	110%	22%
Кальций, мг	193.02	180	107%	21%
Магний, мг	42.92	40	107%	21%
Железо, мг	2.36	2	118%	24%
Калий, мг	127.52	120	106%	21%
Йод, мкг	20	20	100%	20%
Селен, мкг	0.1	0.4	25%	5%

Информация о содержании соли и сахара в меню

Меню Завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Завтрак (в %)
Соль (г)	0.9	1.5	60%
Сахар (г)	9.7	10	97%

Меню Второй завтрак

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Второй завтрак)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Второй завтрак (в %)
Соль (г)	0	0	0%
Сахар (г)	0	0	0%

Меню Обед

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Обед)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Обед)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Обед (в %)
Соль (г)	1.1	1.5	73%
Сахар (г)	5.5	5	110%

Меню Полдник

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Полдник)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Полдник)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Полдник (в %)
Соль (г)	0.2	0.5	40%
Сахар (г)	2.7	7	39%

Меню Ужин

Показатели	Фактические значения по меню в среднем за (Ужин)	Рекомендуемые значения по меню в среднем за (Ужин)	Удельный вес от рекомендуемой величины на Ужин (в %)
Соль (г)	0.9	1.5	62%
Сахар (г)	7	8	88%

Фрагмент заключительной части экспертного заключения

Рассмотренное меню соответствует требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 по следующим пунктам:

1. Меню безопасное (запрещенных к употреблению в организованных детских коллективах блюд и продуктов – нет)
2. Меню разнообразное (повторов блюд в течение дня и двух смежных дней нет);
3. Калорийность меню не ниже регламентированных значений по приемам пищи: Завтрак - 10 дня(ей) Второй завтрак - 10 дня(ей) Обед - 10 дня(ей) Полдник - 10 дня(ей) Удельный вес белков, жиров и углеводов в завтрак 11.9%, 29.1%, и 59% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в второй завтрак 12%, 30%, и 58% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в обед 12.3%, 29.9%, и 57.8% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в полдник 12.4%, 29.2%, и 58.4% соответственно. Удельный вес белков, жиров и углеводов в ужин 12.2%, 29.8%, 58% соответственно.
4. Потребность в витаминах и минеральных веществах соответствует регламентированным показателям:
Витамин С, мг Витамин В1, мг Витамин В2, мг Витамин А, мкг рэ Кальций, мг Магний, мг Железо, мг Йод, мкг Селен, мкг Калий, мг .
5. В меню не превышены регламентированные уровни содержания соли и сахара.
6. В меню отсутствуют колбасные изделия, консервированные томаты, консервированные огурцы.

Рассмотренное меню отвечает принципам здорового питания и требованиям СанПиН 2.3/2.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» и может быть предложено к утверждению и реализации.

Экспертное заключение сформировано в ПС "Мониторинг питания и здоровья", разработанном ФБУН "Новосибирский НИИ гигиены" Роспотребнадзора. Выдано для "ИП Иванова А.А." 27.12.24.

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ



ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

УТВЕРЖДАЮ



1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг				
ЗАВТРАК																						
КАША МОЛОЧНАЯ ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ВЯЗКАЯ	200	11,06	5,47	44,12	270,00	9,70	0,18	0,25	100,95	2,40	146,67	146,67	28,70	2,16	122,50	0,02	0,01	0,33	184	2008		
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	0,90	0,90	11,79	56,06	1,86	0,02	0,00	18,00	0,00	53,77	38,12	10,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	379	2011		
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/4	0,79	6,00	5,36	78,57	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	2,86	8,57	1,43	0,14	0,00	0,00	0,00	0,00	1	2008		
Итого за прием пищи:	404	12,77	12,37	61,27	407,43	11,56	0,21	0,25	119,00	2,40	203,30	193,36	40,53	2,30	122,50	0,02	0,01	0,40				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																						
ФРУКТ МЫТЫЙ (ЯБЛОКО)	100	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,01	0,00	0,10	2008		
Итого за прием пищи:	100	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,01	0,00	0,10			
ОБЕД																						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ	50	2,25	1,86	5,00	45,70	0,55	0,03	0,04	21,00	0,20	22,36	19,00	8,45	0,44	33,50	0,00	0,00	0,03	41	2012		
СУП ЛЮБИТЕЛЬСКИЙ (С ГРЕЧКОЙ)	180	3,31	3,67	15,12	106,78	4,15	0,07	0,06	49,52	0,06	21,83	43,20	6,60	0,68	0,00	0,00	0,00	0,16	93	2008		
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	6,50	10,40	31,00	243,50	8,60	0,08	0,13	69,40	2,40	180,00	108,00	31,00	0,48	100,00	0,02	0,01	0,33	311	2008		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,54	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
ССК ФРУКТОВЫЙ	180	2,52	2,82	12,18	84,00	2,70	0,05	0,05	27,00	0,60	48,00	42,00	4,80	0,60	24,00	0,00	0,00	0,08	389	2011		
Итого за прием пищи:	650	17,42	19,07	81,91	568,57	16,10	0,30	0,31	156,92	3,26	280,42	246,54	61,28	3,41	183,30	0,03	0,01	0,60				
ПОЛДНИК																						
ОЛАДЬИ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	40/10	6,00	6,00	7,90	109,50	5,00		0,09	0,10	54,00	1,10	80,00	78,00	25,60	1,18	60,30	0,01	0,01	0,21	П.П		
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	24,14	96,56	0,00		0,00	0,00	0,00	11,61	4,50	1,94	0,00	0,72	0,00	0,00	0,00	411	2008		
Итого за прием пищи:	260	6,00	6,00	32,04	206,16	5,00		0,09	0,10	54,00	1,10	91,61	82,50	27,44	1,18	61,02	0,01	0,01	0,21			
УЖИН																						
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	4,91	3,77	18,55	127,78	3,02	0,07	0,03	33,19	1,38	81,24	19,69	10,65	0,11	0,00	0,00	0,01	0,35	202.1	2011		
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ	70	3,99	9,30	14,00	156,66	8,20	0,07	0,16	74,00	1,11	99,00	122,00	22,00	1,59	86,00	0,02	0,00	0,05	9			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,88	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	0,00	1,80	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	349	2011		
Итого за прием пищи:	450	11,19	13,26	57,28	393,19	11,22	0,19	0,21	107,19	2,49	195,42	166,89	44,25	2,30	125,60	0,02	0,01	0,40				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1854	60,08	53,70	246,55	1 665,35	46,38	0,83	0,92	462,11	9,75	815,75	729,29	183,60	9,69	622,42	0,09	0,04	1,71				

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

2 день

УТВЕРЖДАЮ

Иванова
Александра
Александровна

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	l, мг	Se, мг	F, мг				
ЗАВТРАК																						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	140/10	7,36	7,77	44,96	279,18	11,90	0,14	0,14	120,00	2,50	122,63	153,00	32,50	1,90	70,88	0,02	0,01	0,40	214	2008		
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	20	3,00	4,60	0,20	54,20	0,00	0,01	0,07	0,07	0,00	81,27	19,70	1,57	0,20	57,80	0,00	0,00	0,01	15	2011		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,58	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008		
БАТОН	30	0,90	0,30	4,20	23,10	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,50	10,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008		
Итого за прием пищи:	400	11,26	12,67	59,04	395,18	11,90	0,20	0,23	120,07	2,50	216,85	198,20	45,88	2,10	129,42	0,02	0,01	0,41				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10	389	2011	
Итого за прием пищи:	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10			
ОБЕД																						
САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,75	2,60	2,42	36,12	4,77	0,01	0,02	0,13	0,00	20,45	13,98	7,69	0,41	5,01	0,00	0,00	0,08	45	2011		
СУП С КЛЕЦКАМИ	180	4,03	3,67	19,37	126,64	3,60	0,07	0,06	53,58	0,50	85,39	45,02	0,00	0,57	0,00	0,00	0,00	0,21	118.2	2011		
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,17	3,65	17,36	114,99	6,52	0,07	0,16	89,26	0,72	90,42	78,12	10,13	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	171.1	2011		
КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ" С СОУСОМ	70	7,00	8,00	18,00	172,00	1,00	0,08	0,06	27,00	2,05	100,00	77,00	35,00	0,30	155,00	0,02	0,01	0,31				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,64	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,46	0,00	1,40	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	344	2011		
Итого за прием пищи:	650	17,79	18,24	84,47	573,07	15,99	0,30	0,33	169,97	3,27	310,95	248,46	64,65	3,39	186,55	0,03	0,01	0,60				
ПОЛДНИК																						
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ВАФЛИ)	52	1,80	8,31	28,42	195,67	5,00	0,04	0,10	71,00	1,00	80,56	111,00	12,00	1,20	88,00	0,01	0,01	0,30		2008		
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ "СНЕЖОК"	200	5,68	0,19	7,58	58,73	1,89	0,08	0,00	0,00	0,00	44,44	0,00	10,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	435	2008		
Итого за прием пищи:	252	7,48	8,50	36,00	254,40	6,89	0,12	0,10	71,00	1,00	125,00	111,00	22,56	1,20	88,00	0,01	0,01	0,30				
УЖИН																						
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С МЯСОМ (ГОВЯДИНА)	220	10,00	12,00	30,00	258,00	9,30	0,17	0,17	102,00	2,10	180,00	143,00	27,00	0,71	55,00	0,02	0,01	0,42	259	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,23	0,00	10,24	42,76	0,84	0,00	0,01	0,00	0,00	14,71	8,41	6,34	0,79	33,86	0,00	0,00	0,00	377	2011		
Итого за прием пищи:	450	12,52	12,19	55,29	381,81	10,14	0,22	0,20	102,00	2,10	201,61	176,61	43,24	2,10	127,56	0,02	0,01	0,42				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1932	51,75	54,60	247,55	1 694,50	47,42	0,88	0,91	488,04	9,37	899,41	774,27	186,33	9,29	561,53	0,09	0,04	1,83				

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

УТВЕРЖДАЮ



3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг				
ЗАВТРАК																						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ	180	9,12	10,44	33,50	264,44	11,00	0,14	0,19	122,00	2,41	180,00	124,80	23,00	1,46	90,00	0,02	0,01	0,42	174	2011		
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	13	0,98	1,27	9,57	54,21	0,00	0,01	0,01	0,00	0,00	3,77	11,70	2,60	0,27	14,30	0,00	0,00	0,00		2008		
БАТОН	30	0,90	0,30	4,20	23,10	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,50	10,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,21	0,00	9,21	38,48	0,76	0,00	0,01	0,00	0,00	13,23	7,57	5,70	0,71	30,48	0,00	0,00	0,00	377	2011		
Итого за прием пищи:	403	11,21	12,01	56,58	380,23	11,76	0,20	0,23	122,00	2,41	203,90	169,57	41,80	2,44	134,78	0,02	0,01	0,42				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10	389	2011	
Итого за прием пищи:	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10			
ОБЕД																						
САЛАТ "СТЕПНОЙ"	60	2,10	2,46	4,68	49,26	1,20	0,02	0,00	6,60	0,00	15,00	27,60	7,80	0,44	60,00	0,01	0,00	0,06	30	2008		
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ "УХА"	180	6,05	3,24	11,74	100,09	4,52	0,06	0,06	72,25	0,27	56,17	43,74	12,00	0,39	88,00	0,00	0,00	0,47	87	2012		
КУРНИК (КАРТОФЕЛЬ, КУРИЦА)	100	4,20	12,00	30,00	244,80	9,50	0,11	0,20	78,00	2,83	200,00	150,00	30,00	0,46	0,00	0,01	0,01	0,08	П.П.			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	16,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,97	0,30	12,85	61,69	0,00	0,06	0,04	0,00	0,00	5,45	26,30	6,75	1,21	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,18	0,00	1,66	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00	344	2011		
Итого за прием пищи:	600	16,61	18,19	84,00	565,59	15,22	0,30	0,32	156,85	3,10	290,70	272,84	67,01	3,10	187,52	0,03	0,01	0,61				
ПОЛДНИК																						
БУЛОЧКА С САХАРОМ	50	3,60	5,50	10,00	103,90	0,00		0,01	16,00	0,25	7,20	11,20	22,50	0,11	63,00	0,01	0,01	0,03	П.П.			
ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	3,33	1,11	21,11	107,78	7,10		0,13	47,78	0,83	118,89	98,89	1,67	1,21	0,00	0,00	0,00	0,17	378	2011		
Итого за прием пищи:	250	6,93	6,61	31,11	211,68	7,10		0,13	63,78	1,08	126,09	110,09	24,17	1,32	63,00	0,01	0,01	0,20				
УЖИН																						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ	150	3,17	3,00	7,19	68,40	0,00	0,12	0,01	56,68	0,00	12,45	87,13	11,54	1,35	74,15	0,02	0,01	0,39	128	2011		
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	70	5,80	10,30	11,00	159,90	11,00	0,04	0,17	55,00	2,09	159,00	73,00	20,00	0,53	20,00	0,00	0,00	0,01	234	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	16,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008		
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	24,14	96,56	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	11,61	4,50	1,94	0,00	0,72	0,00	0,00	0,00	411	2008		
Итого за прием пищи:	450	11,26	13,49	57,38	395,91	11,00	0,21	0,20	111,68	2,09	189,96	189,83	43,38	2,48	133,57	0,02	0,01	0,40				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1883	48,71	53,30	242,12	1 643,41	47,58	0,88	0,93	479,31	9,18	855,65	782,33	186,36	9,84	548,87	0,09	0,04	1,73				

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

УТВЕРЖДАЮ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	l, мг	Se, мг	F, мг				
4 день																						
ЗАВТРАК																						
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ПШЕННОЙ КРУПЫ	160	4,60	5,00	27,01	180,05	0,36	0,09	0,01	10,00	0,00	35,00	118,00	23,00	1,08	31,00	0,01	0,00	0,16	173	2011		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	50/5	5,40	4,90	14,00	121,70	10,90	0,03	0,14	9,00	1,10	107,00	42,50	0,00	1,28	43,00	0,01	0,01	0,14	223	2011		
БАТОН	20	0,60	0,20	2,80	15,40	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	17,00	7,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008		
КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,90	0,90	13,50	65,70	0,00	0,05	0,04	85,40	0,99	41,40	18,00	10,80	0,00	54,00	0,00	0,00	0,14	382	2011		
Итого за прием пищи:	405	11,40	12,00	57,31	382,85	11,26	0,20	0,20	105,40	2,09	188,00	195,50	40,80	2,36	128,00	0,02	0,01	0,44				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																						
ФРУКТ МЫТЫЙ (АПЕЛЬСИН)	100	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,01	0,00	0,10	2008		
Итого за прием пищи:	100	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,01	0,00	0,10			
ОБЕД																						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,95	4,45	3,85	59,50	3,50	0,01	0,03	0,10	0,00	20,50	18,50	7,50	0,35	157,50	0,00	0,00	0,00	5	2008		
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	2,88	3,02	13,96	94,56	4,68	0,04	0,07	57,57	0,78	94,68	53,25	1,20	0,39	1,20	0,00	0,00	0,00	82	2011		
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,24	3,26	16,04	110,49	2,61	0,06	0,02	28,70	1,19	70,25	17,03	9,12	0,10	0,00	0,00	0,01	0,52	202.1	2011		
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	6,30	7,50	19,00	168,70	6,00	0,10	0,16	70,00	1,33	80,00	120,00	32,00	1,27	0,00	0,02	0,00	0,10	246	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,54	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,46	0,00	1,40	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	344	2011		
Итого за прием пищи:	680	17,21	18,55	80,17	556,57	16,79	0,28	0,31	155,37	3,30	280,12	243,12	61,65	3,32	185,24	0,03	0,01	0,62				
ПОЛДНИК																						
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПРЯНИК)	60	2,00	3,40	18,50	113,00	7,00		0,06	0,07	0,00	0,00	60,00	75,00	22,50	0,43	67,00	0,00	0,00	0,09	2008		
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,82	4,86	17,78	137,30	0,00		0,06	0,07	66,67	1,11	67,78	44,44	2,22	0,67	0,00	0,01	0,01	0,16	385	2011	
Итого за прием пищи:	260	7,82	8,26	36,38	250,30	7,00		0,12	0,14	66,67	1,11	127,78	119,44	24,72	1,10	67,00	0,01	0,01	0,25			
УЖИН																						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ	220	9,60	12,00	38,00	298,40	10,00	0,13	0,18	110,00	2,00	135,00	130,00	24,00	1,90	55,00	0,02	0,01	0,44	139	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008		
ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	1,00	1,00	6,90	40,60	0,09	0,01	0,00	0,01	0,01	44,00	7,00	8,30	0,00	39,00	0,00	0,00	0,00	378	2011		
Итого за прием пищи:	450	12,89	13,19	59,95	410,05	10,09	0,19	0,20	110,01	2,01	185,90	162,20	42,20	2,50	132,70	0,02	0,01	0,44				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1865	51,82	55,00	246,86	1 689,80	47,64	0,83	0,90	463,45	9,01	826,80	760,26	179,37	9,78	542,94	0,09	0,04	1,85				

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

5 день

УТВЕРЖДАЮ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мкг	F, мг				
ЗАВТРАК																						
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	7,22	11,77	36,00	274,81	4,57	0,05	0,11	20,00	0,11	109,57	81,02	34,13	0,85	122,80	0,02	0,01	0,11	120	2011		
БАТОН	30	0,90	0,30	4,20	23,10	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,50	10,60	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008			
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,00	1,00	19,00	97,00	6,39	0,12	0,11	90,00	2,09	107,00	89,00	1,50	1,69	0,00	0,00	0,00	0,29	378	2011		
Итого за прием пищи:	400	11,12	13,07	58,20	394,91	10,96	0,22	0,24	110,00	2,20	223,47	195,52	46,13	2,34	122,80	0,02	0,01	0,40				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10	389	2011	
Итого за прием пищи:	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10			
ОБЕД																						
ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,76	3,22	5,54	54,16	1,51	0,00	0,04	63,07	0,35	50,34	12,58	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	54	2011		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РИСОМ	180	5,47	5,04	18,58	141,60	2,43	0,09	0,11	57,00	0,74	63,43	67,92	11,95	0,46	54,61	0,00	0,00	0,20	101	2011		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,74	2,60	18,83	109,69	0,00	0,10	0,01	49,12	0,00	10,79	75,61	4,73	1,17	64,26	0,01	0,01	0,36	128	2011		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ	70	5,50	8,00	11,00	138,00	11,40	0,02	0,12	0,00	2,20	131,00	56,00	35,00	0,37	45,00	0,01	0,00	0,09	282	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,54	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	6,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,45	0,00	1,62	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	349	2011		
Итого за прием пищи:	650	17,31	19,18	81,27	566,77	15,34	0,28	0,31	169,19	3,29	271,24	246,35	63,73	3,20	190,38	0,03	0,01	0,65				
ПОЛДНИК																						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/10	5,71	5,00	17,50	146,84	5,04		0,09	0,09	56,00	1,10	83,00	79,00	18,60	0,29	35,00	0,01	0,01	0,21	1	2008	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,23	0,00	10,24	42,76	0,84		0,00	0,01	0,00	0,00	14,71	8,41	6,34	0,79	33,86	0,00	0,00	0,00	377	2011	
Итого за прием пищи:	250	5,94	5,00	27,74	189,60	5,88		0,09	0,10	56,00	1,10	97,71	87,41	24,84	1,08	68,86	0,01	0,01	0,21			
УЖИН																						
ПЛОВ СЛАДКИЙ	220	10,00	13,00	32,00	286,00	11,00	0,14	0,19	108,90	2,31	170,50	145,20	31,00	1,90	91,00	0,02	0,01	0,45	196	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008		
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,05	0,00	1,31	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	430	2008		
Итого за прием пищи:	450	12,29	13,19	56,73	394,75	11,00	0,19	0,21	108,90	2,31	183,45	170,40	42,21	2,50	130,44	0,02	0,01	0,45				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1930	49,36	54,44	236,99	1 636,03	45,60	0,82	0,91	469,09	9,40	820,87	739,68	186,91	9,62	542,48	0,09	0,04	1,81				

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

УТВЕРЖДАЮ

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
ЗАВТРАК																					
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	160	4,72	7,27	43,63	258,79	11,00	0,10	0,00	16,00	0,17	151,79	65,44	20,00	1,39	30,00	0,01	0,00	0,11	189	2008	
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,00	4,50	0,30	61,30	0,00	0,02	0,15	0,10	0,89	19,93	69,55	1,30	0,91	45,00	0,01	0,01	0,16	209	2011	
БАТОН	30	0,90	0,30	4,20	23,10	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	26,50	10,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	0,90	0,90	13,50	65,70	0,00	0,05	0,04	86,40	0,99	41,40	18,00	10,80	0,00	54,00	0,00	0,00	0,14	382	2011	
Итого за прием пищи:	410	11,52	12,97	61,63	408,89	11,00	0,22	0,21	102,60	2,05	220,02	178,49	42,60	2,30	129,00	0,02	0,01	0,41			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																					
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	2,70	3,00	13,05	90,00	2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10	389	2011	
Итого за прием пищи:	180	2,70	3,00	13,05	90,00	2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10			
ОБЕД																					
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С МОРКОВЬЮ	50	0,75	2,59	2,42	36,06	4,76	0,01	0,02	0,12	0,00	20,41	13,95	7,68	0,41	5,00	0,00	0,00	0,08	45	2011	
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	180/5	4,92	4,48	8,06	92,23	4,75	0,09	0,14	65,07	0,72	111,35	92,76	3,62	0,00	15,18	0,00	0,00	0,34	86	2011	
КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ С КУРИЦЕЙ	200	9,00	12,00	44,00	320,00	6,79	0,11	0,14	90,45	2,40	140,00	100,00	41,00	1,49	147,00	0,02	0,01	0,23	259	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,54	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00		2008	
КОМПОТ ИЗ ЯГОДЫ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,46	0,00	1,40	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00	344	2011	
Итого за прием пищи:	655	17,51	19,39	81,79	571,61	16,30	0,28	0,33	155,64	3,12	286,45	241,05	64,13	3,11	193,72	0,03	0,01	0,65			
ПОЛДНИК																					
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ВАФЛИ)	52	2,00	3,50	16,00	67,50	6,00	0,04	0,06	0,00	0,00	59,00	50,00	25,00	0,80	34,00	0,00	0,00	0,04		2008	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	5,62	4,86	17,78	137,30	0,00	0,06	0,07	66,67	1,11	67,78	44,44	2,22	0,67	0,00	0,01	0,01	0,16	385	2011	
Итого за прием пищи:	252	7,62	8,36	33,78	204,80	6,00	0,10	0,13	66,67	1,11	126,78	104,44	27,22	1,47	34,00	0,01	0,01	0,20			
УЖИН																					
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,17	3,65	17,33	114,79	6,51	0,07	0,16	89,10	0,72	90,26	77,99	3,58	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	171.1	2011	
МЯСО (СВИНИНА) ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	70	6,00	9,00	11,50	151,00	3,00	0,08	0,01	20,00	1,63	94,00	60,25	23,00	0,00	51,00	0,02	0,01	0,43	256	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,23	0,00	10,24	42,76	0,84	0,00	0,01	0,00	0,00	14,71	8,41	6,34	0,79	33,86	0,00	0,00	0,00	377	2011	
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПРЯНИК)	20	1,00	0,80	2,80	22,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		2008	
Итого за прием пищи:	450	12,69	13,64	56,92	402,00	10,45	0,20	0,20	109,10	2,25	205,87	171,85	42,82	2,29	123,56	0,02	0,01	0,43			
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1947	62,04	67,36	247,17	1 677,30	46,25	0,84	0,92	458,91	9,03	884,12	735,83	186,77	9,67	560,28	0,09	0,04	1,79			

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

7 день

УТВЕРЖДАЮ

Иванова
Александра
Александровна

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мкг			F, мг
ЗАВТРАК																				
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ	150	5,32	5,00	27,56	186,54	0,97	0,03	0,00	20,00	0,00	95,74	81,00	35,47	0,61	50,00	0,01	0,00	0,16	184	2008
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	50/5	2,40	4,90	6,40	79,30	3,30	0,00	0,07	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	85,00	0,01	0,01	0,00	223	2011
БАТОН	30	0,90	0,30	4,20	23,10	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	26,50	10,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2008	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,00	1,00	19,00	97,00	6,39	0,12	0,11	90,00	2,09	107,00	89,00	1,50	1,69	0,00	0,00	0,00	0,29	378	2011
Итого за прием пищи:	415	11,62	12,20	57,26	386,04	11,26	0,20	0,20	111,00	2,09	209,64	195,50	47,47	2,30	135,00	0,02	0,01	0,45		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																				
ФРУКТ МЫТЫЙ (БАНАН)	100	2,70	3,00	13,05	90,00	2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10		2008
Итого за прием пищи:	100	2,70	3,00	13,05	90,00	2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10		
ОБЕД																				
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,95	4,45	3,85	59,50	3,50	0,01	0,03	0,10	0,00	20,60	18,50	7,50	0,35	157,50	0,00	0,00	0,00	5	2008
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	180	3,02	3,74	19,08	122,13	4,82	0,01	0,01	72,73	0,00	37,16	50,39	0,00	0,66	0,00	0,00	0,00	0,00	96	2011
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,24	3,26	16,04	110,47	2,61	0,06	0,02	28,69	1,19	70,23	17,02	9,12	0,10	0,00	0,00	0,01	0,43	202.1	2011
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ С РИСОМ В СОУСЕ	70	4,00	4,30	10,00	94,70	3,20	0,08	0,16	32,00	1,65	119,00	100,00	31,00	0,56	0,00	0,02	0,00	0,10	9	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00	2008	2008
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,54	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00	389	2011
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	2,52	2,82	12,18	84,00	2,70	0,05	0,05	27,00	0,60	48,00	42,00	4,80	0,60	12,00	0,00	0,00	0,08		
Итого за прием пищи:	650	17,57	18,89	79,76	559,29	16,83	0,28	0,30	160,52	3,44	303,12	262,25	62,85	3,47	195,30	0,03	0,01	0,61		
ПОЛДНИК																				
БЛИНЧИКИ	50	5,00	5,00	22,00	153,00	5,00	0,08	0,10	56,00	1,10	79,00	80,30	13,00	1,00	26,00	0,01	0,01	0,22	5	П.П
ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	1,00	1,00	6,90	40,60	0,09	0,01	0,00	0,01	0,01	44,00	7,00	8,30	0,00	39,00	0,00	0,00	0,00	378	2011
Итого за прием пищи:	250	6,00	6,00	28,90	193,60	5,09	0,09	0,10	56,01	1,11	123,00	87,30	21,30	1,00	65,00	0,01	0,01	0,22		
УЖИН																				
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,97	3,97	5,18	72,42	2,74	0,08	0,00	14,74	0,79	28,72	82,98	0,00	0,72	0,00	0,00	0,00	0,00	305	2011
БИТОЧКИ "НЕЖНЫЕ" (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ) С СОУСОМ	70	2,00	6,00	6,00	86,00	8,00	0,00	0,13	0,00	0,38	93,00	30,00	21,00	0,47	56,00	0,02	0,01	0,25	294	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	16,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00	2008	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,00	1,00	15,00	73,00	0,00	0,06	0,04	96,00	1,10	46,00	20,00	6,11	0,00	0,00	0,00	0,00	0,15	382	2011
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	26	1,95	2,55	19,34	108,42	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	7,54	23,40	5,20	0,55	28,60	0,00	0,00	0,00	2008	2008
Итого за прием пищи:	456	11,21	13,71	60,57	410,89	10,74	0,21	0,20	110,74	2,27	182,16	181,58	42,21	2,34	123,30	0,02	0,01	0,40		
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1871	46,10	63,80	239,54	1 639,82	46,42	0,82	0,85	463,27	9,41	862,92	766,63	183,83	9,61	548,60	0,09	0,04	1,78		

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

УТВЕРЖДАЮ

Иванова
Александра
Александровна

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества										№ рецептуры	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг				
																			В12, мкг	В6, мг		
8 день																						
ЗАВТРАК																						
КАША вязкая молочная "ДРУЖБА"	180	9,27	10,70	39,91	293,04	10,87	0,15	0,17	120,60	2,40	133,76	146,62	27,46	1,53	80,00	0,02	0,01	0,39	175	2011		
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,50	2,30	0,10	27,10	0,00	0,01	0,03	0,03	0,00	40,63	9,85	0,78	0,10	28,90	0,00	0,00	0,01	15	2011		
БАТОН	30	0,90	0,30	4,20	23,10	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,50	10,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	377	2011		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,21	0,00	9,21	38,48	0,76	0,00	0,01	0,00	0,00	13,23	7,57	5,70	0,71	30,48	0,00	0,00	0,00	377	2011		
Итого за прием пищи:	400	11,88	13,30	53,42	381,72	11,63	0,21	0,23	120,63	2,40	194,52	189,54	44,44	2,34	139,38	0,02	0,01	0,40				
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10	389	2011	
Итого за прием пищи:	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10			
ОБЕД																						
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ	50	2,25	1,86	5,00	45,70	0,65	0,03	0,04	21,00	0,20	22,36	19,00	8,45	0,44	33,50	0,00	0,00	0,03	41	2012		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ЗЕЛЁНЫМ ГОРОШКОМ	180	4,25	4,68	11,45	104,88	5,90	0,09	0,09	85,95	0,65	72,70	51,75	7,75	0,65	128,00	0,01	0,00	0,46	119	2011		
КАША РАССЫПЧАТАЯ ГРЕЧНЕВАЯ	130	3,16	3,65	17,32	114,74	6,61	0,07	0,16	66,84	0,72	90,22	77,95	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	0,00	171,1	2011		
МЯСО (СВИНИНА) ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ	70	5,00	8,50	19,00	172,50	3,00	0,04	0,02	0,00	1,83	85,00	67,00	34,00	0,00	0,01	0,01	0,12	256	2011			
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	26,80	0,00	0,00	0,00		2008		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,54	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00		2008		
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,45	0,00	1,62	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	349	2011		
Итого за прием пищи:	650	17,50	19,01	80,09	561,14	16,16	0,30	0,34	173,79	3,40	285,95	250,04	62,25	3,20	188,11	0,03	0,01	0,61				
ПОЛДНИК																						
КОНДИТЕРСКОЕ ИЗДЕЛИЕ (ПЕЧЕНЬЕ)	52	3,90	5,10	33,85	196,90	0,00		0,04	0,03	0,01	0,00	15,08	46,80	20,40	1,09	54,30	0,00	0,00	0,02		2008	
КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ "ЙОГУРТ" ПИТЬЕВОЙ	200	3,53	2,55	1,15	41,71	6,71		0,06	0,08	54,12	1,41	104,34	62,24	2,59	0,33	0,00	0,01	0,01	0,18	435	2008	
Итого за прием пищи:	252	7,43	7,65	35,00	238,61	6,71		0,10	0,11	54,13	1,41	119,42	109,04	22,99	1,42	54,30	0,01	0,01	0,20			
УЖИН																						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ С МАСЛОМ	50	0,70	2,97	2,55	39,70	0,00		0,07	6,00	0,79	9,00	0,00	1,35	0,00	45,17	0,00	0,00	0,26	52	2011		
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	150	3,17	3,00	21,73	126,60	0,00	0,12	0,01	56,69	0,00	12,45	87,14	3,90	1,35	0,00	0,02	0,01	0,17	128	2011		
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С МАСЛОМ	70	5,00	5,50	13,00	121,50	10,39	0,02	0,12	51,00	1,51	110,00	60,00	21,00	0,15	0,00	0,00	0,00	0,00	282	2011		
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008		
ЧАЙ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	200	1,00	1,00	6,90	40,60	0,09	0,01	0,00	0,01	0,01	44,00	7,00	8,30	0,00	39,00	0,00	0,00	0,00	378	2011		
Итого за прием пищи:	500	12,16	12,66	59,23	399,45	10,48	0,20	0,22	113,70	2,41	182,35	179,34	44,45	2,10	122,87	0,02	0,01	0,43				
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1982	51,67	55,62	240,79	1 670,90	47,48	0,85	0,95	487,25	10,12	827,25	767,96	184,13	9,56	544,56	0,09	0,04	1,74				

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)



9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг			F, мг
ЗАВТРАК																				
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ	140/10	10,46	13,83	44,96	344,31	10,26	0,12	0,20	123,99	2,10	190,00	144,00	22,73	1,92	86,50	0,02	0,01	0,41	214	2008
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЫЙ ОТВАРНОЙ	40	1,20	0,08	2,52	15,52	1,60	0,03	0,02	0,00	0,00	7,20	22,32	7,56	0,25	39,60	0,00	0,00	0,00	к/к	к/к
БАТОН	30	0,90	0,30	4,20	23,10	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,50	10,50	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	430	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	5,46	0,00	1,17	0,00	0,66	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	400	12,55	14,01	60,39	417,76	11,86	0,20	0,24	123,99	2,10	209,55	191,82	41,96	2,17	129,76	0,02	0,01	0,41		
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																				
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,60	0,04	0,05	25,00	0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10	389	2011
Итого за прием пищи:	180	2,70	3,00	13,05	90,00		2,60	0,04	0,05	25,00	0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,00	0,00	0,10		
ОБЕД																				
САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ С КУКУРУЗОЙ	50	0,70	2,60	3,30	43,60	3,09	0,02	0,03	0,00	0,00	23,00	13,00	8,00	0,25	93,64	0,00	0,00	0,00	37	2008
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И КАРТОФЕЛЕМ	180	4,46	3,53	15,84	112,96	3,73	0,10	0,17	51,38	0,00	66,23	71,99	0,00	0,78	0,00	0,00	0,00	0,48	112	2011
РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	3,97	3,97	19,47	129,49	2,74	0,11	0,00	119,68	0,79	28,69	82,87	10,27	0,72	12,82	0,00	0,00	0,00	305	2011
БИТОЧКИ "НЕЖНЫЕ" (ИЗ МЯСА ПТИЦЫ) С СОУСОМ	70	6,00	8,50	15,00	160,50	6,50	0,00	0,10	0,00	2,53	140,00	55,00	32,00	0,37	55,00	0,02	0,01	0,17	294	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	6,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,54	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00	344	2011
КОМПЛОТ ИЗ ЯГОДЫ	180	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,46	0,00	1,40	0,00	0,74	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	650	17,97	18,92	80,93	569,77	16,06	0,30	0,33	171,06	3,32	272,61	257,20	62,10	3,33	188,00	0,03	0,01	0,65		
ПОЛДНИК																				
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	30/10/10	5,71	6,00	17,50	146,84	5,04	0,09	0,09	56,00	1,10	83,00	79,00	18,60	0,29	35,00	0,01	0,01	0,21	1	2008
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,32	1,00	13,33	63,62	0,00	0,03	0,04	10,00	0,00	46,00	20,00	8,67	1,11	48,89	0,00	0,00	0,00	382	2011
Итого за прием пищи:	250	6,03	7,00	30,83	210,46	5,04	0,12	0,13	66,00	1,10	129,00	99,00	27,17	1,40	83,89	0,01	0,01	0,21		
УЖИН																				
КАША ПШЕНИЧНАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,75	4,12	18,74	127,07	0,00	0,13	0,04	0,03	0,00	27,67	148,72	1,25	0,99	0,00	0,00	0,00	0,00	181	2008
КОТЛЕТА "ДОМАШНЯЯ" С СОУСОМ	70	5,00	7,00	15,00	143,00	11,00	0,00	0,10	110,00	2,13	100,00	0,00	25,00	0,00	25,00	0,02	0,01	0,39		
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	1,50	2,30	0,10	27,10	0,00	0,01	0,03	0,03	0,00	40,63	9,85	0,78	0,10	28,90	0,00	0,00	0,01	15	2011
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	15,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	200	0,23	0,00	10,24	42,76	0,84	0,00	0,01	0,00	0,00	14,71	8,41	6,34	0,79	33,86	0,00	0,00	0,00	377	2011
Итого за прием пищи:	460	12,77	13,61	59,13	410,98	11,84	0,19	0,20	110,06	2,13	189,91	192,18	43,27	2,48	126,46	0,02	0,01	0,40		
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1940	52,02	56,54	244,33	1 698,97	47,30	0,85	0,95	496,11	9,15	846,07	780,20	184,50	9,88	558,11	0,09	0,04	1,77		

СОГЛАСОВАНО С РУКОВОДИТЕЛЕМ УЧРЕЖДЕНИЯ

ЦИКЛИЧНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ (55883) ДЕТСКИЙ САД (ДЕТИ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ)

УТВЕРЖДАЮ



10 день

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептов		
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг			F, мг	
ЗАВТРАК																					
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ ГРЕЧНЕВОЙ КРУПЫ	190	9,30	8,00	31,31	234,44	9,40	0,13	0,23	101,36	2,02	137,88	130,00	26,34	1,69	100,00	0,02	0,01	0,37	183	2011	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/5	2,31	4,31	16,09	108,45	0,00	0,05	0,02	0,04	0,08	7,50	26,15	9,90	0,61	39,46	0,00	0,00	0,00	1	2008	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	0,90	0,90	11,79	58,86	1,86	0,02	0,00	18,00	0,00	53,77	38,12	10,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,07	379	2011	
Итого за прием пищи:	405	12,51	13,21	58,19	401,76	11,26	0,20	0,25	119,40	2,10	199,15	194,27	46,64	2,30	139,45	0,02	0,01	0,44			
ВТОРОЙ ЗАВТРАК																					
ФРУКТ МЫТЫЙ (ЯБЛОКО)	100	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,01	0,00	0,10		2008
Итого за прием пищи:	100	2,70	3,00	13,05	90,00		2,50	0,04	0,05	25,00		0,50	40,00	10,00	0,50	30,00	0,01	0,00	0,10		
ОБЕД																					
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,70	1,80	4,36	36,47	0,00	0,01	0,03	101,16	0,50	34,55	3,34	4,31	0,25	38,08	0,00	0,00	0,08	56	2008	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180	4,10	3,74	7,20	78,91	1,48	0,08	0,03	0,00	0,00	72,00	46,08	0,00	0,36	63,00	0,01	0,00	0,21	88	2011	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2,74	2,60	18,83	109,69	0,00	0,10	0,01	49,12	0,00	10,79	75,51	9,45	1,17	64,26	0,01	0,01	0,36	128	2011	
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ С СОУСОМ	70	5,90	10,00	17,00	181,60	13,00	0,02	0,20	15,00	2,90	138,00	73,00	31,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	234	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	20	1,53	0,12	10,04	47,36	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	16,80	5,60	0,40	25,80	0,00	0,00	0,00		2008	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,31	0,20	8,57	41,13	0,00	0,04	0,02	0,00	0,00	3,63	17,54	3,83	0,81	0,00	0,01	0,00	0,00		2008	
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	16,03	65,34	1,44	0,02	0,02	0,00	0,00	11,34	11,34	6,48	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	389	2011	
Итого за прием пищи:	650	17,18	18,84	81,03	560,50	15,92	0,30	0,32	165,27	3,40	274,31	243,61	61,67	3,00	191,14	0,03	0,01	0,86			
ПОЛДНИК																					
БУЛОЧКА С ПОВИДЛОМ	50	6,00	6,00	8,00	110,00	5,00		0,09	0,10	55,00	1,00	80,00	84,00	23,00	1,00	63,00	0,01	0,01	0,23		П.П.
КИСЕЛЬ	200	0,00	0,00	24,14	96,56	0,00		0,00	0,00	0,00	11,61	4,50	1,94	0,00	0,72	0,00	0,00	0,00	411	2008	
Итого за прием пищи:	250	6,00	6,00	32,14	206,56	5,00		0,09	0,10	55,00	1,00	91,61	88,50	24,94	1,00	63,72	0,01	0,01	0,23		
УЖИН																					
САЛАТ ИЗ СВЕЖЕЙ МОРКОВИ	50	2,26	1,86	5,00	45,70	0,66	0,03	0,04	21,00	0,20	22,36	19,00	8,46	0,44	33,50	0,00	0,00	0,03	41	2012	
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	200	8,22	11,07	26,97	239,19	10,56	0,12	0,14	98,00	2,33	176,00	149,00	21,00	1,45	56,00	0,02	0,01	0,42	204	2011	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ.	30	2,29	0,19	16,05	71,05	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	25,20	9,90	0,60	38,70	0,00	0,00	0,00		2008	
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,28	0,00	1,80	0,00	0,90	0,00	0,00	0,00	349	2011	
Итого за прием пищи:	480	12,76	13,12	56,40	394,64	11,21	0,20	0,20	119,00	2,53	213,54	193,20	41,15	2,49	129,10	0,02	0,01	0,45			
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	1885	51,15	53,97	240,81	1 653,50	45,89	0,83	0,92	483,67	9,53	824,21	759,58	184,40	9,29	553,41	0,09	0,04	1,88			

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества									
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Se, мг	F, мг		
Итого за весь период	507,70	548,33	2 432,01	16 669,48	468,04	8,43	9,16	4 751,21	93,95	8 463,05	7 596,03	1 846,10	96,23	5 483,30	0,83	0,40	17,89		
Среднее значение за период	50,77	54,83	243,20	1 666,94	46,80	0,84	0,92	475,12	9,39	846,30	759,60	184,61	9,62	548,33	0,08	0,04	1,78		

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст детей	среднее за 10 дней
ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ	1910