

**Детский сад**

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 6</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная пшеничная жидкая	200	5.40	7.48	36.50	243	1.34	270
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с молоком (1-й вариант)	200	3.12	3.20	18.70	114.14	0.66	506
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	50	2.86	4.12	7.88	80.5	0.1	97
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>450</b>	<b>11.38</b>	<b>14.80</b>	<b>63.08</b>	<b>437.64</b>	<b>2.1</b>	
<b>10:00</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.10	10.10	46	2	537
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>100</b>	<b>0.50</b>	<b>0.10</b>	<b>10.10</b>	<b>46</b>	<b>2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Винегрет овощной	60	1.00	6.05	3.47	72.5	3.684	82
<b>ОБЕД</b>	Рассольник домашний	200	1.84	4.56	7.62	79.6	22.82	137
<b>ОБЕД</b>	Оладьи из печени по-кунцевски	80	11.62	7.38	13.67	164.18	21.56	404
<b>ОБЕД</b>	Соус сметанный	25	0.36	1.32	0.92	17.24	0.05	451
<b>ОБЕД</b>	Макаронные изделия отварные	180	4.64	7.29	26.55	189.05	0	297
<b>ОБЕД</b>	Компот из смеси сухофруктов	200	0.08	0.00	27.00	61.04	0	527
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.02	52.2	0	115
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>775</b>	<b>21.52</b>	<b>26.96</b>	<b>89.25</b>	<b>635.81</b>	<b>48.114</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Простокваша	210	6.09	5.25	8.40	105	1.47	535
<b>ПОЛДНИК</b>	Печенье	40	3.00	3.92	29.76	166.8	0	609
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>250</b>	<b>9.09</b>	<b>9.17</b>	<b>38.16</b>	<b>271.8</b>	<b>1.47</b>	
<b>УЖИН</b>	Морковная запеканка	180	2.70	6.71	32.89	183.01	4.086	217
<b>УЖИН</b>	Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	40	0.74	1.02	1.99	20.16	0.12	444
<b>УЖИН</b>	Яблоки печеные	80	0.30	0.30	12.54	54.82	7.36	491
<b>УЖИН</b>	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	180	2.95	2.93	13.82	92.05	0.54	513
<b>УЖИН</b>	Булочка «Осенняя»	50	3.45	1.86	25.22	141.54	0.145	580
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>530</b>	<b>10.14</b>	<b>12.82</b>	<b>86.46</b>	<b>491.58</b>	<b>12.251</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>2105</b>	<b>52.63</b>	<b>63.85</b>	<b>287.05</b>	<b>1882.83</b>	<b>65.935</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>2105</b>	<b>52.63</b>	<b>63.85</b>	<b>287.05</b>	<b>1882.83</b>	<b>65.935</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>2105</b>	<b>52.63</b>	<b>63.85</b>	<b>287.05</b>	<b>1882.83</b>	<b>65.935</b>	
<b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности</b>			<b>11.18</b>	<b>30.52</b>	<b>60.98</b>	<b>1882.83</b>	<b>14.01</b>	

**Ясли**

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 6</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша молочная пшеничная жидкая	170	4.59	6.36	31.02	206.55	1.139	270
<b>ЗАВТРАК</b>	Чай с молоком (1-й вариант)	150	2.34	2.40	14.03	85.6	0.495	506
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с сыром (2-й вариант)	33	1.89	2.72	5.20	53.13	0.066	97
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>353</b>	<b>8.82</b>	<b>11.48</b>	<b>50.25</b>	<b>345.28</b>	<b>1.7</b>	
<b>10:00</b>	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0.50	0.10	10.10	46	2	537
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>100</b>	<b>0.50</b>	<b>0.10</b>	<b>10.10</b>	<b>46</b>	<b>2</b>	
<b>ОБЕД</b>	Винегрет овощной	45	0.75	4.54	2.60	54.38	2.763	82
<b>ОБЕД</b>	Рассольник домашний	150	1.38	3.42	5.71	59.7	17.115	137
<b>ОБЕД</b>	Оладьи из печени по-кунцевски	70	10.16	6.45	11.96	143.65	18.865	404
<b>ОБЕД</b>	Соус сметанный	20	0.29	1.05	0.74	13.79	0.04	451
<b>ОБЕД</b>	Макаронные изделия отварные	90	2.32	3.65	13.28	94.53	0	297
<b>ОБЕД</b>	Компот из смеси сухофруктов	150	0.06	0.00	20.25	45.78	0	527
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржаной	24	1.58	0.29	8.02	41.76	0	115
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>549</b>	<b>16.54</b>	<b>19.40</b>	<b>62.56</b>	<b>453.59</b>	<b>38.783</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Простокваша	188	5.45	4.70	7.52	94	1.316	535
<b>ПОЛДНИК</b>	Печенье	12	0.90	1.18	8.93	50.04	0	609
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>200</b>	<b>6.35</b>	<b>5.88</b>	<b>16.45</b>	<b>144.04</b>	<b>1.316</b>	
<b>УЖИН</b>	Морковная запеканка	150	2.25	5.60	27.41	152.5	3.405	217
<b>УЖИН</b>	Соус молочный к блюдам (1-й вариант)	30	0.55	0.77	1.49	15.12	0.09	444
<b>УЖИН</b>	Яблоки печеные	70	0.26	0.26	10.98	47.96	6.44	491
<b>УЖИН</b>	Кофейный напиток с молоком (1-й вариант)	150	2.46	2.44	11.52	76.71	0.45	513
<b>УЖИН</b>	Булочка «Осенняя»	40	2.76	1.48	20.18	113.23	0.116	580
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>440</b>	<b>8.28</b>	<b>10.55</b>	<b>71.58</b>	<b>405.52</b>	<b>10.501</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1642</b>	<b>40.49</b>	<b>47.41</b>	<b>210.94</b>	<b>1394.43</b>	<b>54.3</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>1642</b>	<b>40.49</b>	<b>47.41</b>	<b>210.94</b>	<b>1394.43</b>	<b>54.3</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1642</b>	<b>40.49</b>	<b>47.41</b>	<b>210.94</b>	<b>1394.43</b>	<b>54.3</b>	
<b>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности</b>			<b>11.61</b>	<b>30.60</b>	<b>60.51</b>	<b>1394.43</b>	<b>15.58</b>	