1 неделя – понедельник от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	каша манная молочная	150										
	манная крупа		15	1,65	1,05	10,95	48,9	0,015	---	---	3,4	0,17
	молоко 3,2 %		17	4,25	4,25	6,63	80,75	0,034	0,22	0,68	170,0	0,187
	вода		120	--	--	---	--	---	---	---	5,43	--
	сахар		2	---	---	1,98	7,48	---	---	---	0,04	0,006
	масло сливочное		3	0,003	2,15	0,03	19,83	--	0,006	---	0,72	0,012
	Итого:											
2	Чай	150										
	чай заварка		0,22	0,04	0,01	0,01	---	---	---	0,02	1,13	0,19
	сахар		8	--	---	7,92	29,92	---	---	---	0,16	0,0024
	вода		150	--	--	---	---	---	---	---	6,0	---
	печенье	16	16	1,12	1,76	11,84	66,72	0,096	0,112	4,8	54,4	2,4
	Итого в завтрак			14,18	9,23	39,36	253,6	0,145	0,338	5,5	240,9	2,97
	обед											
1	Салат из варёной свёклы	30	30	0,3	---	3,0	14,4	---	0,03	3,0	11,1	0,3
	свёкла											
2	Суп рыбный	150										
	треска		30	5,1	0,3	---	22,5	0,18	0,03	0,27	7,2	0,18
	картофель		30	0,6	0,3	5,7	24,9	0,03	--	6,0	3,0	0,24
	морковь		9	0,09	0,009	0,63	2,97	0,004	0,004	0,45	4,59	0,063
	лук репка		6	0,06	---	0,27	1,32	--	--	0,6	1,86	0,042
	масло сливочное		2	0,02	1,44	0,02	13,22	--	0,004	---	0,48	0,001
	итого:											
3	тефтели мясные с	50										

	гречей											
	мясо говядина		42	7,56	5,0	---	78,54	0,042	0,084	---	3,78	0,84
	хлеб пшеничный		10	0,7	0,1	4,9	22,6	0,02	0,006	---	2,3	0,23
	масло сливочное		3	0,03	2,16	0,03	19,83	---	0,006	---	0,72	0,001
	лук репка		20	0,2	---	0,8	4,4	---	---	2,0	6,2	0,14
	яйцо		9	1,08	0,99	0,09	14,13	---	0,045	---	4,95	0,225
5	Греча с подливой	100\15										
	греча		30	3,6	0,6	18,0	87	0,15	0,06	---	6,0	1,8
	масло сливочное		4	0,04	2,88	0,04	26,44	---	0,008	---	0,96	0,002
	вода		60	---	---	---	---	---	---	---	2,4	---
	мука		3									
	масло сливочное		3									
	сахар		1									
	соус томатный		15									
	итого:			0,4	3,07	3,9	45,05	0,008	0,008	1,29	2,31	0,29
6	компот из яблок	150										
	яблоки		20									
	сахар		15									
	вода		130									
	итого:			0,03	---	22,61	91,88	---	---	2,6	3,2	0,4
	хлеб ржаной	50		0,42	---	20,55	83,88	0,08	0,008	0,13	42,27	1,19
	итого в обед			19,93	16,85	85,24	553,06	0,514	0,292	13,34	103,32	5,92
	полдник											
1	омлет с зелёным горошком	150										
	яйцо		60									
	молоко 3,2 %		60									
	масло сливочное		5									
	зелёный горошек		29									
	итого:			10,24	10,50	65,12	156,03	0,14	0,32	1,82	83,42	0,88
2	кисель	150										

	Кисельный концент.		18									
	сахар		7									
	вода		140									
	итого:			1,02	--	21,77	91,14	---	---	---	0,54	0,08
3	хлеб пшеничный	50	50	3,5	0,05	24,5	113,0	0,1	0,3	---	12,46	1,002
4	Фрукты	50	50									
	итого в полдник:			14,76	10,55	51,4	360,17	0,24	0,62	1,82	96,42	2,68
	итогов день:			**48,87**	**36,63**	**176,0**	**1166,83**	**0,9**	**1,25**	**20,66**	**440,64**	**11,57**

1 неделя – вторник от 1 до 3 лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В 1	В 2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	каша 5 злаков	150										
	5 злаков		20									
	молоко 3,2 %		120									
	вода		10									
	сахар		3									
	масло сливочное		2									
	Итого:			5,2	3,4	29,51	170,4	0,04	0,08	0,21	84,45	0,65
2	Чай с молоком	150										
	чай заварка		30									
	сахар		10									
	молоко 3,2 %		35									
	вода		75									
	итого:			0,94	0,01	11,88	51,37	0,01	0,02	0,39	39,96	0,08
3	хлеб пшен. с маслом	50\4										
	хлеб пшеничный		50	3,5	0,05	24,50	113,0	0,1	0,3	---	11,5	1,0
	масло сливочное		4	0,04	2,84	0,36	26,08	---	0,008	---	0,96	0,002
	итого			3,54	2,89	24,86	139,08	0,1	0,31	---	12,46	1,002
	Итого в завтрак			9,48	6,3	60,25	360,9	0,25	0,41	0,6	136,9	33,32
	обед											
1	Салат из капусты с морковью	30										
	морковь		3									
	капуста		23									
	сахар		1,5									
	итого:			0,5	2,7	2,9	35,6	0,1	0,1	4,6	11,66	0,17
2	суп овощной со сметаной с зелёным горошком	150										
	капуста		12									
	картофель		30									
	морковь		6									

	лук репка		6									
	зелёный горошек		5									
	масло сливочное		1									
	сметана		8									
	Вода		113									
	масло растительное		1									
	Итого:			1,33	3,70	6,77	65,71	0,04	0,02	3,20	13,92	0,41
	Гуляш с рисом	100\60										
	Рис		36									
	Масло сливочное		5,0									
	Итого:			2,42	3,39	22,20	128,98	0,06	0,03	---	2,21	0,35
	Мясо говядина 1 кат		60									
	Масло сливочное		3									
	Лук репка		7									
	То мат паста		6									
	Мука		2									
	Масса тушёная мяса		35									
	Масса соуса		25									
	Итого:			9,7	10,4	1,9	140,27	0,04	0,05	0,33	6,56	1,05
	Компот из кураги	150										
	Сухофрукты		23									
	Сахар		11									
	Вода		143									
	Итого:			0,42	---	20,55	83,88	0,008	0,008	0,13	42,27	1,19
2	хлеб ржаной	50	50	3,5	0,5	20,0	96,5	0,05	0,3	--	2,0	0,05
	итого в обед			17,87	20,7	74,32	550,9	0,298	0,508	8,26	78,62	3,22
	полдник											
1	картофельное пюре с сельдью матье	100\25										
	картофель		84									
	молоко 3,2 %		15									

	масло сливочное		5									
	итого:			1,36	3,34	13,98	91,42	0,09	0,04	3,45	22,86	0,66
2	сельдь		25									
	лук репка		2									
	итого:			2,1	2,20	0,78	31,32	0,1	0,02	0,81	10,6	0,20
3	чай	150										
	чай заварка		0,22									
	сахар		8									
	вода		150									
	итого:			---	----	11,44	45,76	---	---	---	1,42	0,54
4	хлеб пшеничный	50	50	3,5	0,05	24,50	113,0	0,1	0,3	---	11,5	1,0
	итого в полдник:			7,0	6,04	50,7	281,5	0,29	0,36	4,26	46,38	2,4
	итогов день:			**34,35**	**33,04**	**185,3**	**1193,3**	**1,838**	**1,28**	**13,2**	**261,9**	**38,94**

1 неделя – среда от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	Каша «Дружба» молочная	200										
	рис		15									
	пшено		11									
	молоко 3,2 %		102									
	вода		70									
	сахар		50									
	итого:			4,91	4,68	24,67	160,40	0,09	0,12	0,28	108,9	0,71
2	какао с молоком	200										
	какао порошок		3									
	молоко 3,2 %		100									
	вода		110									
	сахар		10									
	итого:			2,61	0,45	25,95	118,3	0,03	0,07	0,65	117,39	0,51
3	хлеб пшеничный с маслом	60\10	60\10	4,86	45,53	28,98	278,0	0,65	0,03	--	9,6	0,39
	Итого в завтрак:			12,38	50,66	79,6	556,7	0,77	0,22	0,93	235,89	1,61
	обед											
	салат из свежих огурцов	50\5										
	свежие огурцы		45,5									
	масло растительное		5									
	итого:			0,37	4,54	1,14	46,86	0,005	0,015	0,46	6,96	0,23
	суп крестьянский	250										
	капуста		30									

	картофель		25									
	перловка		10									
	морковь		10									
2	лук репка		10									
	сметана		10									
	масло растительное		5									
	бульон		212									
	итого:			2,21	5,95	12,90	114,0	0,06	0,04	5,0	26,0	0,58
	овощное рагу с м	150\70										
	картофель		58									
	морковь		17									
	капуста		37									
	масло сливочное или растительное		8									
	лук репка		6									
	бульон		34									
	масса готовая рагу		150									
	итого:			2,52	11,44	13,21	166,5	0,09	0,10	11,55	40,0	0,84
	мясо тушёное	70										
	итого:			17,9	12,97	0,42	190,4	0,06	0,08	0,09	8,3	21,13
	Компот «Ассорти»	200										
	яблоки свежие		50									
	лимон		7									
	вода		180									
	сахар		20									
	итого:			0,25	0,21	25,4	104,3	0,01	---	2,70	9,30	0,34
	хлеб ржаной	60	60	4,9	0,7	28,0	135,1	0,07	0,07	---	2,8	0,07
	итого в обед		27,9	27,9	35,81	79,07	652,9	0,295	0,305	17,1	84,06	22,85

	полдник											
	оладьи с джемом	150\15										
	мука пшеничная в\с		85									
	яйцо		4									
	молоко 3,2 %		85									
	дрожжи		25									
	сахар		3									
	масло растительное		9									
	масса готовая оладьи		150									
2	джем		15									
	итого			11,0	17,02	81,4	522,8	0,15	0,16	0,22	112,1	1,77
	чай	200										
	чай заварка		50									
	сахар		10									
	вода		200									
	итого:			--	--	11,44	45,8	--	--	--	1,42	0,54
	итого в полдник:			11,0	17,02	92,84	568,6	0,15	0,16	0,22	113,5	2,31
	итогов день:			**52,3**	**103,5**	**251,2**	**1778,2**	**1,215**	**0,69**	**18,3**	**433,2**	**26,8**

1 неделя – четверг от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	каша геркулесовая	150										
	геркулес		19									
	молоко 3,2 %		107									
	вода		40									
	сахар		3									
	масло сливочное		3									
	Итого:			4,74	4,5	21,24	144,46	0,09	0,09	0,23	90,3	0,74
2	чай с молоком	150										
	чай заварка		30									
	сахар		10									
	молоко 3,2 %		35									
	вода		75									
	итого:			0,94	0,01	11,88	51,37	0,01	0,02	0,39	39,96	0,68
3	хлеб пшеничный с маслом	50\4										
	хлеб пшеничный		50	3,5	0,05	24,50	113,0	---	---	---	11,5	1ё,0
	масло сливочное		4	0,04	2,84	0,36	26,68	---	0,008	---	0,96	0,002
	итого			3,54	2,89	24,86	139,08	0,1	0,3	---	12,46	1,002
	Итого в завтрак			9,22	7,4	57,98	334,9	0,2	0,41	0,62	142,72	2,422
	обед											
1	Салат «Заря»	30										
	свёкла варёная		18									
	зелёный горошек		4									
	лук репка		3									
	яйцо 1 кат		3									
	масло растительное		3									
	итого:			0,4	0,35	2,2	36,64	0,01	0,02	2,49	10,05	0,38

2	Рассольник по-домашнему	150										
	Картофель		45									
	Капуста		12									
	морковь		6									
	лук репка		6									
	огурцы солёные		9									
	бульон		105									
	масло сливочное		3									
	сметана		6									
	итого:			1,40	3,62	1,78	69,41	0,04	0,03	3,95	28,16	0,56
3	Макароны с колбасой	100\50										
	макароны		34									
	масло сливочное		4,5									
	итого:			3,66	3,53	28,85	125,28	0,03	0,01	--	7,59	0,61
4	колбаса отварная	50	50	5,5	11,0	---	126,0	1,25	0,08	--	20,0	0,85
	итого:			9,16	14,53	28,85	251,28	1,28	0,09	--	27,59	1,46
5	хлеб ржаной	50	50	3,5	0,5	20,0	96,5	0,05	0,3	---	2,0	0,05
6	кисель	150										
	кисель констин		18									
	сахар		8									
	вода		143									
	итого:			1,02	--	21,77	91,14	---	--	---	0,51	0,075
	итого в обед:			19,14	18,5	60,4	544,97	1,38	0,44	6,44	66,34	3,465
	Полдник											
1	сырники творожные вареньем	100\20										
	творог		101									
	яйцо		4									
	сахар		11									
	мука пшеничная в\с		15									
	масса п\ф		128									
	масса готовая		100									

	сырников											
	варенье		20									
	итого:			18,25	3,9	26,72	215,34	0,06	0,23	0,46	90,41	0,56
2	чай	150										
	чай заварка		0,25									
	сахар		8									
	вода		150									
	итого			---	---	11,94	45,76	---	---	----	1,42	0,54
	итого в полдник:			18,25	3,9	38,66	261,11	0,06	0,23	0,46	91,83	1,1
	итогов день:			46,61	29,8	157,04	1140,98	1,7	1,08	7,52	300,89	6,99

1 неделя – пятница от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак											
1	каша пшённая молочная	150										
	пшено		20									
	молоко 3,2 %		100									
	вода		30									
	сахар		3									
	масло сливочное		3									
	Итого:			4,53	4,13	23,5	149,20	0,11	0,09	0,21	83,38	0,99
2	кофейный напиток с молоком	150										
	кофейный напиток		2									
	сахар		10									
	молоко 3,2 %		100									
	вода		50									
	итого:			1,40	0,02	17,35	75,18	0,01	0,03	0,012	50,46	0,08
3	хлеб пшеничный с маслом и сыром	50										
	хлеб		15									
	масло сливочное		5									
	сыр пошехонский		15									
	итого			4,72	8,01	7,25	119,90	0,04	0,05	0,010	139,2	0,39
	Итого в завтрак			10,65	12,16	48,1	344,26	0,16	0,17	0,352	273,04	1,46
	обед											
1	Салат из моркови	30										
	морковь		27									
	сахар		1									
	итого:			0,34	2,70	2,70	36,77	0,1	0,1	0,52	6,44	0,18
2	Суп гороховый	150										
	горох		12									

	Картофель		30									
	морковь		6									
	лук репка		6									
	масло сливочное		3									
	бульон		105									
	итого:			3,47	2,51	9,42	74,16	0,07	0,02	1,89	7,36	0,40
3	голубцы ленивые с соусом	150										
	рис		20									
	капуста		80									
	лук репка		4									
	говядина		40									
	масло растительное		6									
	сметана		12									
	вода		10									
	мука		3									
	масло сливочное		1									
	итого:			6,87	6,83	3,61	103,32	0,06	0,04	1,14	26,12	0,83
4	компот из яблоки апельсин	150										
	апельсины		30									
	яблоки		23									
	сахар		15									
	вода		90									
	итого:			0,32	0,14	20,88	85,99	0,015	---	5,4	11,58	0,21
5	хлеб ржаной											
	итого в обед:			11,0	12,18	36,64	300,24	0,245	0,16	8,95	51,5	1,62
	Полдник											
1	Винегрет	100										
	картофель		22									
	свекла		15									
	морковь		10									
	огурцы солёные		30									

	лук репка		15									
	масло растительное		10									
	итого:			1,26	9,15	6,95	115,24	0,04	0,03	1,64	19,8	0,58
2	чай	150										
	чай заварка		0,22									
	сахар		8									
	вода		150									
	итого			---	---	11,44	45,76	---	---	---	1,42	0,54
3	хлеб пшеничный	50	50	3,56	0,05	24,5	113,0	0,1	0,3	---	12,46	1,002
	итого в полдник:			4,82	9,2	42,89	274,0	0,14	0,33	1,64	21,22	1,58
	итогов день:			**26,47**	**33,54**	**103,14**	**918,5**	**0,545**	**0,66**	**10,94**	**345,6**	**4,66**

2 неделя – понедельник от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	Каша кукурузная молочная	150										
	Крупа кукурузы		20	24	0,48	16,6	80,6	0,09	---	---	6,24	0,71
	вода		40	--	--	---	---	---	---	--	0,64	---
	Молоко 3,2		120	5,1	5,1	6,8	98,6	0,07	0,17	22,1	2,04	0,09
	сахар		3	---	---	2,9	11,22	---	---	--	0,06	0,07
	Масло сливочное		3	0,04	2,88	0,04	26, 44	---	0,01	---	0,96	0,01
	Итого:											
	чай	150										
	Чай		0,22	0,04	0,01	0,01	----	---	---	0,02	1,13	0,19
	сахар		8									
	вода		150									
	Итого:											
	Печенье	16	16	1,6	2,2	14,8	83,0	0,12	0,14	6,0	68,0	3,0
	Итого в завтрак:			9,18	10,7	51,1	336,8	0,28	0,32	28,2	289,3	4,05
	Обед											
1	Салат из свежих огурцов и помидоров	30										
	Свежие помидоры		15									
	Свежие огурцы		11									
	Лук репка		4									
	Масло растительное		3									
	Итого:			0,29	1,39	0,92	17,31	0,012	0,012	3,25	3,74	0,22
2	Щи из свежей капусты со сметаной	150										

	капуста		30									
	картофель		18									
	морковь		6									
	Лук репка		6									
	Масло сливочное или растительное		3									
	бульон		120									
	сметана	6										
	Итого:			1,25	3,41	4,30	52,97	0,01	0,02	4,50	18,2	0,44
3	Кура отварная с картофельным пюре	100\150										
	картофель		84									
	молоко 3,2 %		15									
	масло сливочное		5									
	итого:			1,36	3,34	15,98	91,42	0,09	0,04	3,45	22,86	0,66
	кура отварная		50	1,67	10,16	0,67	140,82	0,02	0,06	0,57	14,45	0,98
	Итого:			3,03	13,5	16,65	232,24	0,11	0,1	4,02	37,31	1,64
4	Кисель из плодов рябины	150										
	Кисельный конц.		18									
	сахар		8									
	вода		143									
	Итого:			1,02	---	21,77	91,14	----	---	---	0,51	0,075
5	Хлеб ржаной	50	50	3,5	0,5	20,0	96,5	0,05	0,3	---	2,6	0,05
	Итогов обед:			7,52	---	---	---	---	---	---	---	---
	Полдник											
1	Блинчики с маслом	100\10										
	Мука м\с		47									
	Молоко 3,2 %		117									
	Яйцо		9									
	Сахар		3									
	соль		12									
	Масло сливочное		10									

	Масса теста		172									
	Масло растительное		4									
	Масса готовая блинов		100									
	Итого:			6,0	13,2	39,38	303,3	0,09	0,22	---	136,82	1,08
2	Чай	150										
	Чай заварка		0,22									
	Сахар		8									
	Вода		150									
3	Фрукты	50	50									
	Итого:			--		11,44	45,76	--	--	---	1,42	0,54
	Итого в полдник:			9,5	13,2	50,82	34,9	0,09	0,2	---	138,24	1,62
	Итого в день:											

2 неделя – вторник от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	Каша ячневая	150										
	крупа ячневая		20									
	Масло сливочное											
	Молоко 3,2 %		80									
	Вода		50									
	Сахар		2									
	Итого:			5,42	3,56	20,19	134,5	0,06	0,09	0,21	87,78	0,54
2	Чай с лимоном	150										
	Чай заварка		30									
	вода		110									
	Сахар		10									
	лимон		6									
	Итого:			0,05		11,5	46,2	---	--	0,87	2,19	0,68
3	Хлеб пшеничный С маслом	50\4										
	хлеб пшеничный		50	3,5	0,05	24,50	113,0	0,1	0,3	---	11,5	1,0
	масло сливочное		4	0,04	2,84	0,36	26,08	---	0,008	---	0,96	0,002
	итого			3,54	2,89	24,86	139,08	0,1	0,308	---	12,46	1,002
	Итого в завтрак:			9,01	6,45	56,55	278,3	0,16	0,4	1,08	102,43	2,22
	Обед											
1	Салат из свежей капусты	30										
	Капуста		27									
	лук репка		3									
	сахар		1									
	Масло растительное		2									
	Итого:			0,49	1,51	1,33	21,0	0,006	0,006	0,6	12,9	0,25

2	Борщ со сметаной капустой и картофелем	150										
	свекла		24									
	капуста		12									
	картофель		12									
	морковь		6									
	Лук репка		3									
	Масло сливочное		2									
	бульон		113									
	сахар		2									
	сметана		6									
	Итого:			1,07	2,37	4,66	44,28	0,05	0,02	3,31	24,76	0,53
3	Котлета мясная с макаронами	100\50										
	мясо говядина 1 кат		42									
	Хлеб пшеничный		9									
	Сухари панировочные		6									
	масло сливочное		4									
	вода		11									
	соус		21									
	Итого:			7,45	6,22	9,86	125,30	0,02	0,04	0,07	16,09	0,80
4	макароны		34									
	Масло сливочное		4,5									
	Итого:			3,66	3,53	20,85	125,30	0,03	0,01	---	7,6	0,61
5	Напиток из шиповника											
	шиповник		15									
	сахар		11									
	вода		173									
	Итого:			0,51	---	17,29	71,18	---	0,008	45,00	4,08	3,59
6	Хлеб ржаной	50	50	3,50	0,5	20,0	96,5	0,05	0,3	---	2,0	0,05
	Итого в обед:			9,23	14,13	73,99	483,6	0,156	0,384	48,98	67,43	5,83
	Полдник											
1	Рис в молоке	150										
	Рис		15									

	Молоко 3,2 %		105									
	вода		53									
	сахар		2									
	масло		2									
	Итого:			3,6	1,32	11,35	58,67	0,06	0,12	0,68	106,9	0,33
2	Кисель	150										
	Кисельный концентрат		18									
	сахар		7									
	вода		140									
	Итого:			1,02	---	21,77	91,14	---	---	---	0,54	0,08
3	Хлеб пшеничный	50	50	3,5	0,05	24,5	113,0	0,1	0,3	---	12,46	1,002
	Итого в полдник:			8,12	1,,37	57,6	262,8	0,16	0,42	0,68	119,9	1,41
	Итого в день:			26,32	21, 95	188,1	1024,7	0,476	1,204	50,74	289,8	9,46

2 неделя – среда от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	Каша пшеничная молочная	150										
	Крупа пшеничная		20									
	вода		10									
	Молоко 3,2 %		120									
	сахар		2									
	Масло сливочное		3									
	Итого:			5,9	3,48	24,35	150,19	0,09	0,09	0,21	86,02	0,81
2	Какао с молоком	150										
	Какао порошок		3									
	Молоко 3,2%		10									
	вода		50									
	сахар		8									
	итого			2,54	0,52	24,54	113,15	0,03	0,075	0,24	115,38	0,49
3	Печенье	16	16	1,12	1,76	11,84	66,72	0,09	0,112	4,8	54,4	2,4
	Итого в завтрак:			9,56	5,76	60,73	330,06	0,21	0,277	5,25	255,8	3,7
обед												
1	Салат «розовый»											
	Свёкла варёная		12									
	морковь		6									
	Лук репка		4									
	яйцо		6									
	Масло растительное		2									
	Итого:			0,32	0,69	2,0	37,10	0,012	0,036	1,92	12,10	0,4
2	Суп молочный с макаронными изделиями	150										
	Молоко 3,2 %		105									

	вода		33									
	Масло сливочное		2									
	сахар		2									
	Макаронные изделия		12									
	Итого:			4,16	1,40	14,67	87,72	0,05	0,11	0,68	107,64	0,28
3	Котлета рыбная с картофельным пюре	100\50										
	треска		4									
	Хлеб пшеничный		9									
	вода		7									
	яйцо		1\10									
	Масло сливочное		1									
	соус		20									
	Итого:			6,9	2,57	10,0	90,9	0,02	0,03	0,07	18,84	0,31
4	Картофельное пюре											
	картофель		50									
	морковь		55									
	молоко 3,2 %		8									
	Масло сливочное		5									
	Итого:			1,55	3,81	11,9	87,90	0,08	0,04	3,97	24,36	0,72
5	Напиток клюквенный	150										
	клюква		15									
	вода		151									
	сахар		15									
	Итого:			0,68	0,02	15,90	63,74	---	---	0,56	1,99	0,11
6	Хлеб ржаной	50	50	3,50	0,5	20,0	96,5	0,05	0,3	---	2,0	0,05
	Итого в обед:			17,11	9,0	74,5	463,9	0,212	0,516	7,2	166,93	1,87
	Полдник											
1	Запеканка морковная с творогом	150\50										
	морковь		94									
	Масло сливочное		7									
	Молоко 3,2%		23									

	манка		15									
	творог		56									
	Яйцо 1 кат		6									
	сахар		6									
	Сухари панировочные		4									
	сметана		4									
	Масса п\ф		175									
	Масса готовая		150									
	соус		50									
	итого			14,31	7,82	24,45	225,4	0,09	0,23	0,99	93,9	0,78
2	Чай	150										
	Чай заварка		0,2									
	сахар		8									
	вода		150									
	Итого:			---	---	11,44	45,76	--	--	--	1,42	0,54
3	хлеб пшеничный	50	50	3,56	0,05	24,5	113,0	0,1	0,3	--	12,46	1,0
	Итого в полдник:			17,87	7,87	60,4	384,2	0,19	0,53	0,99	107,2	2,32
	Итого в день:			44,54	22,63	195,6	1178,6	0,612	1,323	13,44	529,9	7,89

2 неделя – четверг от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	Каша гречневая молочная	150										
	греча		20									
	Молоко 3,2 %		120									
	вода		10									
	сахар		2									
	Масло сливочное		3									
	Итого:			3,81	4,12	23,56	146,61	0,09	0,14	0,27	114,5	1,78
2	Кофейный напиток с молоком	150										
	Кофейный напиток		2									
	Молоко 3,2 %		100									
	вода		50									
	сахар		8									
	Итого:			2,09	0,03	14,85	67,92	0,02	0,05	0,75	85,35	0,10
3	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	50\15										
	сыр пошехонский		15									
	масло сливочное		5									
	хлеб		15									
	итого:			4,72	8,01	7,25	119,9	0,04	0,05	0,10	139,2	0,39
	Итого в завтрак			10,62	12,2	45,8	344,4	0,15	0,24	1,12	339,056	2,27
	обед											
1	Салат витаминный	30										
	капуста		12									
	яблоко		6									
	морковь		8									
	Масло растительное		3									

	сахар		1,5									
	итого:			0,34	5,46	6,4	69,0	0,024	0,02	3,4	15,96	0,504
2	свекольник со сметаной	150										
	свекла		39									
	картофель		26									
	морковь		6									
	лук репка		6									
	масло сливочное		3									
	сахар		1									
	бульон		120									
	томат пюре		2									
	сметана		6									
	итого:			1,32	3,08	6,70	60,84	0,06	0,04	2,73	17,35	0,74
3	суфле куриное с рисом	100\50										
	кура		47									
	соус молочный		14									
	молоко 3,2 %		11									
	вода		3									
	мука		2									
	масло сливочное		2									
	масса п\ф		55									
	масса готовая суфле		50									
	Итого:			13,28	13,25	1,08	176,74	0,02	0,11	0,47	27,35	1,40
4	рис отварной		36									
	масло сливочное		5									
	итого:			2,42	3,39	22,20	128,98	0,06	0,03	---	2,21	0,35
5	компот из с\ф	150										
	сухофрукты		23									
	сахар		11									
	вода		143									
	итого:			0,42	---	20,55	83.18	0,008	0,18	0,13	42,27	1,19
6	хлеб ржаной	50	50	3,5	0,5	20,0	96,5	0,05	0,3	---	2,0	0,05
	итого в обед:			21,28	25,63	111,1	546,24	0,272	0,68	6,9	109,14	42,34

	полдник											
1	макароны с сыром	100\20										
	макароны ф\с		34									
	масло сливочное		4,5									
	итого:			3,66	3,53	20,9	125,3	0,03	0,01	---	7,59	0,61
2	сыр пошехонский	20	20									
	итого:			6,28	9,48	9,66	149,06	0,05	0,07	0,14	185,2	0,55
3	кисель	150										
	Кисельный конц.		18									
	сахар		7									
	вода		140									
	итого			1,02	---	21,77	91,14	---	---	---	0,54	0,08
	итого в полдник:			10,96	13,01	52,33	365,5	0,08	0,08	0,14	193,3	1,24
	итого в день:			**42,9**	**50,84**	**208,7**	**1256,14**	**0,502**	**1,0**	**8,16**	**641,5**	**46,85**

2 неделя – пятница от 1 до 3-х лет												
№	Наименование блюд	Масса порции	Нетто	Химический состав			Ккалл	Витамины			Минеральные вещества	
				Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
Завтрак												
1	Каша рисовая молочная	150										
	рис		20									
	Молоко 3,2		80									
	вода		53									
	Масло сливочное		3									
	сахар		3									
	Итого:			3,84	3,36	21,75	132,64	0,07	0,09	0,09	23,88	0,48
2	Чай	150										
	Чай заварка		0,02									
	сахар		8									
	вода		150									
	Итого:											
3	Хлеб пшеничный с маслом	50\4										
	масло сливочное		5	0,04	10,84	0,36	26,08	---	0,008	---	0,96	0,002
	хлеб пшеничный		50	3,5	0,05	24,50	113,0	0,1	0,3	--	11,5	1,0
	итого			3,54		24,86	139,18	0,1	0,308	---	12,46	1,002
	Итого в завтрак:			7,42	14,3	46,62	297,74	0,17	0,398	0,09	43,34	1,482
	обед											
1	Салат «солнечный»	30										
	морковь		8									
	Сыр пошехонский		7									
	Яйцо 1 кат		3									
	Лук репка		5,0									
	яблоко		7									
	Масло растительное		3									

	Итого:			0,18	2,43	1,61	56,73	0,02	0,04	2,08	77,29	0,31
2	Суп с фрикадельками картофельный	150										
	картофель		60									
	морковь		6									
	Лук репка		6									
	Масло сливочное		2									
	Фарш для фрикаделек		22									
	Лук репка		2									
	яйцо		1\20 шт									
	Вода для фрикаделек		105									
	Масса пулуфабрикат		22									
	готовый фабрикат		19									
	Итого:			4,05	4,42	9,26	104,79	0,01ё	0,02	0,10	2,19	0,38
3	Жаркое по-домашнему	160										
	Говядина 1 кат		82									
	картофель		86									
	Лук репка		11									
	Масло сливочное		5									
	Томат пюре		5									
	масса тушёного мяса		52									
	масса готовая овощей		113									
	итого:			15,80	13,74	12,63	237,48	0,11	0,09	0,17	15,14	2,13
4	сок фруктовый ягодный	150										
	итого:			1,5	0,15	2,85	18,75	0,008	0,05	**6,0**	30,0	0,3
5	хлеб ржаной	50	50	3,50	0,5	20,0	96,5	0,05	0,3	**---**	2,0	0,05

	итого в обед:			25,,03	21,24	46,4	514,3	0,198	0,5	**8,35**	126,6	3,17
	Полдник											
1	творожная запеканка с вареньем	150										
	творог		140									
	манка		10									
	молоко 3,2 %		36									
	мука		12									
	яйцо 1 кат		4,5									
	сахар		9,7									
	сметана		5									
	сухари панировочные		5									
	масло сливочное		5									
	масса готовая запеканки		150									
	варенье		30									
	итого:											
2	Чай	150										
	чай заварка		0,22									
	сахар		8									
	вода		150									
	итого			--	---	11,44	45,76	---	---	---	1,42	0,54
	всего в полдник			26,39	6,1	58,44	394,3	0,11	0,31	0,39	129,8	0,61
	итого в день			58,8	41,8	151,5	1206,3	0,478	1,208	8,83	299,74	5,262