

*1/20/22*

«Утверждаю»  
ООО «Успех»

*[Signature]*  
Н. В. Фролова

«*10*» *01*

2022 года

**Менюготавливаемых блюд**

**ПРИМЕРНОЕ 10-дневное меню**

**день 1**

Пищевые вещества (г)											
Наименование блюд	Вес блюда		Б		Ж		У		Энерг ценность		№ рецепту р
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<i><b>Завтрак:</b></i>											
Суп молочный с крупой сладкий с маслом	160	185	7.35	8.50	7.44	8.60	28.32	32.75	209.28	241.98	85
Кофейный напиток с молоком	160	200	3.10	3.88	2.13	2.66	9.11	11.39	67.73	84.66	379
Масло сливочное/ порциями	5	5	0.05	0.05	3.65	3.65	0.05	0.05	33.10	33.10	14
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1.00	1.00	0.90	0.90	15.00	15.00	104.66	104.66	пр
<i><b>Итого за завтрак</b></i>	355	420	11.50	13.43	14.12	15.81	52.49	59.19	414.77	464.40	
<i><b>Второй завтрак</b></i>											
Сок яблочный	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	пр
<i><b>Итого за второй завтрак</b></i>	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	
<i><b>Обед:</b></i>											
Суп гороховый с картофелем на к/б	150	180	6.75	8.10	3.75	4.50	6.58	7.90	86.58	103.90	15
Котлета куриная с соусом томатным	65	90	4.94	6.84	4.28	5.92	9.10	12.60	99.31	137.50	444/505
Каша рассыпчатая гречневая	110	130	8.38	9.90	7.36	8.70	6.47	7.65	100.02	118.20	171
Икра кабачковая	30	50	1.26	2.10	3.36	5.60	4.20	7.00	35.70	77.40	пр
Компот из с/ф.	150	180	0.23	0.27	0.08	0.09	17.78	21.33	79.45	95.34	349
хлеб пшеничный	20	20	1.50	1.50	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.20	пр
хлеб ржаной	20	20	1.00	1.00	0.20	0.20	9.20	9.20	42.35	42.35	пр
<i><b>Итого за обед</b></i>	545	670	24.05	29.71	19.17	25.16	63.03	75.38	489.60	620.89	
<i><b>Полдник</b></i>											
Кисломолочный продукт «Йогурт»	150	200	4.05	5.4	3.75	5	16.2	21.6	118.5	158	пр
Булочка «Ванильная»	50	50	4.21	4.21	2.98	2.98	30.39	30.39	155	155	450
<i><b>Итого за полдник</b></i>	200	250	8.26	9.61	6.73	7.98	46.59	51.99	273.5	313	
<i><b>Ужин</b></i>											
Тефтели мясные с соусом томатным	70	90	4.69	6.03	2.50	3.22	28.82	37.05	126.23	201.16	437/505
Картофельное пюре/ картофель отварной в молоке	110	130	4.57	5.40	6.09	7.20	22.34	26.40	162.12	191.60	128

Чай с сахаром	200	200	0.20	0.20	0.00	0.00	10.00	10.00	40.60	40.60	376
Хлеб пшеничный	20	25	1.50	1.88	0.15	0.19	7.76	9.70	46.20	57.75	пр
Хлеб ржаной	20	20	1.00	1.00	0.20	0.20	9.20	9.20	42.35	42.35	пр
<b>Итого за ужин</b>	420	465	11.96	14.51	8.95	10.81	78.12	92.35	417.50	533.46	
<b>Итого за день</b>	1620	1905	56.12	67.60	49.03	59.83	247.04	285.73	1626.43	1962.8	

**день2**

Наименование блюд	Пищевые вещества (г)										№ рецепту р
	Вес блюда		Б		Ж		У		Энерг ценность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак:</b>											
Каша молочная овсяная «Геркулес» с маслом, сахаром.	155	165	4.65	4.95	6.13	6.53	18.40	19.59	147.94	157.48	199
Какао с молоком	160	200	3.21	4.01	2.56	3.20	17.18	21.47	112.92	141.15	416
Сыр	10	10	2.60	2.60	2.70	2.70	0.00	0.00	34.34	34.34	15
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1.00	1.00	0.90	0.90	15.00	15.00	104.66	104.66	пр
<b>Итого за завтрак</b>	355	405	11.46	12.56	12.29	13.33	50.58	56.06	399.86	437.63	
<b>Второй завтрак</b>											
Сок яблочный	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	пр
<b>Итого за второй завтрак</b>	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	

**Обед:**

Щи из св. капусты с картоф. на м/к бульоне, со сметаной	160	190	6.10	7.24	9.13	10.84	5.63	6.68	129.41	153.68	88
Фрикадельки мясные с соусом томатным	70	90	7.12	9.15	7.75	9.96	17.15	22.05	166.79	214.44	128
Макаронны отварные.	110	130	5.58	6.60	5.58	6.60	10.15	12.00	118.46	140.00	334
Икра свекольная	30	50	0.86	1.43	0.74	1.23	1.64	2.74	30.03	27.75	141
Компот из с/ф.	160	180	0.24	0.27	0.08	0.09	18.96	21.33	84.75	95.34	349
хлеб пшеничный	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.20	пр
хлеб ржаной	20	20	1.00	1.00	0.20	0.20	9.20	9.20	42.35	42.35	пр
<b>Итого за обед</b>	570	680	21.05	25.84	23.63	29.07	72.43	83.70	617.99	719.76	

<i>Полдник</i>											
Напиток из с/м ягод	150	200	0.3225	0.43	0	0	19.98	26.64	78.3	104.4	639
Кондитерское изделие	50	50	1.88	1.88	2.45	2.45	18.6	18.6	104.25	104.25	пр
<b>Итого за полдник</b>	<b>200</b>	<b>250</b>	<b>2.2025</b>	<b>2.31</b>	<b>2.45</b>	<b>2.45</b>	<b>38.58</b>	<b>45.24</b>	<b>182.55</b>	<b>208.65</b>	
<i>Ужин:</i>											
Яблоко свежее	100	100	0.4	0.4	0.4	0.4	9.8	9.8	47	47	пр
Запеканка творожная с рисом	100	110	28.06	30.87	24.85	27.34	33.40	36.74	386.97	425.67	366
Соус молочный сладкий	40	40	0.56	0.56	2.00	2.00	3.32	3.32	33.54	33.536	506
Чай с сахаром	160	200	0.16	0.20	0.00	0.00	8.00	10.00	35.52	44.4	376
<b>Итого за ужин</b>	<b>400</b>	<b>450</b>	<b>29.18</b>	<b>32.03</b>	<b>27.25</b>	<b>29.74</b>	<b>54.52</b>	<b>59.86</b>	<b>503.03</b>	<b>550.606</b>	
<b>Итого за день</b>	<b>1625</b>	<b>1885</b>	<b>64.23</b>	<b>73.08</b>	<b>65.70</b>	<b>74.66</b>	<b>222.94</b>	<b>251.68</b>	<b>1734.47</b>	<b>1947.70</b>	

**день3**

<b>Пищевые вещества (г)</b>											
Наименование блюд	Вес блюда		Б		Ж		У		Энерг ценность		№ рецепту р
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<i>Завтрак:</i>											
Каша манная молочная с маслом, сахаром	155	155	5.59	5.59	6.12	6.12	27.36	27.36	187.37	187.37	199
Чай с лимоном	150	200	0.15	0.2	0	0	8.25	11	33.525	44.7	377
Масло сливочное/ порциями	5	5	0.05	0.05	3.65	3.65	0.05	0.05	33.10	33.10	14
Батон витаминизированный обогащенный	40	40	1	1	0.9	0.9	15	15	104.66	104.66	пр
<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>400</b>	<b>6.79</b>	<b>6.84</b>	<b>10.67</b>	<b>10.67</b>	<b>50.66</b>	<b>53.41</b>	<b>358.655</b>	<b>369.83</b>	
<i>Второй завтрак</i>											
Сок яблочный	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	пр
<b>Итого за второй завтрак</b>	<b>100</b>	<b>100</b>	<b>0.34</b>	<b>0.34</b>	<b>0.07</b>	<b>0.07</b>	<b>6.82</b>	<b>6.82</b>	<b>31.05</b>	<b>31.05</b>	
<b>Обед:</b>											
Суп картофельный с клецками на к/б, со сметаной	170	190	5.80	6.48	6.76	7.56	9.23	10.32	120.88	135.10	102.00
Рагу овощное с мясом	160	200	1.94	2.42	6.34	7.93	10.26	12.83	106.50	133.13	215
Морковь припущенная	30	50	1.032	1.72	0.882	1.47	1.974	3.29	19.98	33.3	55.1
Компот из сухофруктов	160	200	0.24	0.3	0.08	0.1	18.96	23.7	84.75	105.93	349

Хлеб пшеничный	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.2	пр
Хлеб ржаной	20	20	1.00	1.00	0.20	0.20	9.20	9.20	42.35	42.35	пр
<b>Итого за обед</b>	560	680	10.16	12.07	14.42	17.41	59.33	69.04	420.66	496.02	
<b>Полдник</b>											
Кисломолочный продукт «Йогурт»	150	200	4.05	5.4	3.75	5	16.2	21.6	118.5	158	пр
Кондитерское изделия	50	50	1.88	1.88	2.45	2.45	18.6	18.6	104.25	104.25	пр
<b>Итого за полдник</b>	200	250	5.93	7.28	6.2	7.45	34.8	40.2	222.75	262.25	
<b>Ужин</b>											
Котлеты рыбные с соусом	70	90	5.94	7.64	1.06	1.36	8.98	11.54	73.5	94.5	243/505
Картофельное пюре/ картофель отварной в молоке	110		4.57		6.09		22.34		162.12		128
Гороховое пюре		140		10.3		7.3		25.77		209.62	317
Компот из св/м ягод	200	200	0.43	0.43	0	0	26.64	26.64	104.4	104.4	639
Хлеб пшеничный/ржаной	20	20	1.5	1.5	1.5	1.5	0.15	9.7	46.2	46.2	пр
<b>Итого за ужин</b>	400	450	12.44	19.87	8.65	10.16	58.10	73.65	386.22	454.72	
<b>Итого за день</b>	1610	1880	35.66	46.40	40.01	45.76	209.72	243.12	1419.34	1613.87	

#### день4

Наименование блюд	Пищевые вещества (г)										№ рецепту р
	Вес блюда		Б		Ж		У		Энерг ценность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак:</b>											
Каша мол-ая гречневая с маслом, сахаром	160	170	9.25	9.83	11.07	11.76	35.50	37.72	278.21	295.6	230
Кофейный напиток с молоком	160	200	3.10	3.88	2.13	2.66	9.11	11.39	67.73	84.66	379
Сыр	10	10	2.60	2.60	2.70	2.70	0.00	0.00	34.34	34.34	15
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1.00	1.00	0.90	0.90	15.00	15.00	104.66	104.66	пр
<b>Итого за завтрак</b>	360	410	15.96	17.31	16.80	18.02	59.61	64.11	484.94	519.26	
<b>Второй завтрак</b>											
Сок яблочный	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	пр
<b>Итого за второй завтрак</b>	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	

<i>Обед:</i>											
Свекла припущенная	30	50	0.86	1.43	0.74	1.23	16.65	27.75	25.08	41.8	141.1
Борщ с капустой и картофелем на к/б, сметан	160	200	6.83	8.54	8.78	10.98	12.66	15.82	157.60	197	82
Плов из мяса	160	200	3.98	4.98	6.05	7.56	8.67	10.84	105.06	131.32	292
Компот из сухофруктов	150	180	0.225	0.27	0.075	0.09	17.775	21.33	79.45	95.34	349
Хлеб пшеничный	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.2	пр
Хлеб ржаной	20	20	1.00	1.00	0.20	0.20	9.20	9.20	42.35	42.35	пр
<b>Итого за обед</b>	540	660	13.05	16.37	16.00	20.21	74.65	94.64	455.74	554.01	
<b>Полдник</b>											
Молоко кипяченое	150	200	3.525	4.7	3.75	5	4.5	6	65.85	87.8	пр
Булочка ванильная	50	50	4.21	4.21	2.98	2.98	30.39	30.39	155	155	450
<b>Итого за полдник</b>	200	250	7.735	8.91	6.73	7.98	34.89	36.39	220.85	242.8	
<b>Ужин</b>											
Макаронны отварные.	110	150	5.58	7.62	5.58	7.62	10.15	13.85	118.46	161.54	334
Котлета куриная с соусом	70		4.94		4.28		9.10		99.31		444/505
Сосиска отварная с соусом		80	4.94	0.00		2.70		2.60		34.6	15
Чай с сахаром, лимоном 5 гр.	185	205	0.18	0.20	0.00	0.00	9.93	11.00	40.34	44.7	377
Хлеб пшеничный	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.2	пр
Хлеб ржаной	20	20	1.00	1.00	0.20	0.20	9.20	9.20	42.35	42.35	пр
<b>Итого за ужин</b>	405	475	16.80	8.97	10.21	10.67	48.08	46.35	346.66	329.39	
<b>Итого за день</b>	1605	1895	53.87	51.90	49.80	56.95	224.06	248.31	1539.23	1676.51	

### день5

Наименование блюд	Пищевые вещества (г)										№ рецепту р
	Вес блюда		Б		Ж		У		Энерг ценность		
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
<b>Завтрак:</b>											
Каша молочная ячневая с маслом, сахаром	155	165	8.50	9.05	14.08	14.99	27.65	29.43	234.55	249.68	199
Какао с молоком	160	200	3.208	4.01	2.56	3.2	17.176	21.47	112.92	141.15	416
Масло сливочное/ порциями	5	5	0.05	0.05	3.65	3.65	0.05	0.05	33.10	33.10	14



Каша молочная «Дружба» сладкая с маслом	145	155	3.89	4.16	5.54	5.92	22.45	24.00	173.06	185	175
Кофейный напиток с молоком	160	200	3.10	3.88	2.13	2.66	9.11	11.39	67.73	84.66	379
Масло сливочное/ порциями	5	5	0.05	0.05	3.65	3.65	0.05	0.05	33.10	33.10	14
Батон витаминизированный обогащенный	40	40	1.33	1.33	1.20	1.20	20.00	20.00	139.55	139.546666 7	пр
<b>Итого за завтрак</b>	350	400	8.38	9.42	12.52	13.43	51.61	55.44	413.44	442.31	
<b>Второй завтрак</b>											
Сок яблочный	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	пр
<b>Итого за второй завтрак</b>	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	
<b>Обед:</b>											
Суп картоф. с вермишелью на к/б, сметана	160	190	4.21	5.00	4.77	5.67	9.20	10.92	96.29	114.35	103
Рагу овощное с мясом	160	200	1.94	2.42	6.34	7.93	10.26	12.83	106.50	133.13	215
Морковь припущенная	30	50	1.03	1.72	0.88	1.47	1.97	3.29	17.08	28.47	55.1
Компот из сухофруктов	150	180	0.23	0.27	0.08	0.09	17.78	21.33	79.45	95.34	349
Хлеб пшеничный	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.2	пр
Хлеб ржаной	20	20	1.00	1.00	0.20	0.20	9.20	9.20	42.35	42.35	пр
<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>660</b>	<b>8.55</b>	<b>10.56</b>	<b>12.43</b>	<b>15.51</b>	<b>58.11</b>	<b>67.27</b>	<b>387.88</b>	<b>459.84</b>	
<b>Полдник</b>											
Кисель фруктовый	180	200	0.018	0.02	0.018	0.02	5.157	5.73	79.99	127	396
Кондитерские изделия	20	50	0.752	1.88	0.98	2.45	7.44	18.6	41.7	104.25	пр
<b>Итого за полдник</b>	200	250	0.77	1.90	1.00	2.47	12.60	24.33	121.69	231.25	
<b>Ужин</b>											
Гуляш куриный	60	80	7.92	10.56	7.14	9.52	1.8	2.40	103.2	137.6	260
Каша рассыпчатая гречневая	110	130	8.38	9.90	7.36	8.70	6.47	7.65	100.02	118.2	171
Чай с сахаром	200	200	0.20	0.20	0.00	0.00	10.00	10.00	40.60	40.6	376
Хлеб пшеничны	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.2	пр
Хлеб ржаной	20	30	1.00	1.50	0.20	0.30	9.20	13.80	42.35	63.53	пр
<b>Итого за ужин</b>	410	460	17.65	22.31	14.85	18.67	37.17	43.55	332.37	406.13	
<b>Итого за день</b>	1600.00	1870.00	35.69	44.53	40.86	50.15	166.31	197.41	1286.43	1570.57	

<b>день 7</b>						
Наименование блюд	Вес блюда	Пищевые вещества (г)			Энерг ценность	№



	ясли	сад	Б		Ж		У		ясли	сад	рецепту р
<b>Завтрак:</b>											
Каша жидкая пшеничная с маслом, сахаром	155	165	8.69	9.25	10.40	11.07	33.35	35.50	261.35	278.21	176
Какао с молоком	160	200	3.21	4.01	2.56	3.20	17.18	21.47	112.92	141.15	416
Масло сливочное/ порциями	5	5	0.05	0.05	3.65	3.65	0.05	0.05	33.10	33.10	14
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1.00	1.00	0.90	0.90	15.00	15.00	104.66	104.66	пр
<b>Итого за завтрак</b>	350	400	12.95	14.31	17.51	18.82	65.58	72.02	512.03	557.12	
<b>Второй завтрак</b>											
Сок яблочный	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	пр
<b>Итого за второй завтрак</b>	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	
<b>Обед:</b>											
Свекольник с картофелем на м/к бульоне сметаной	155	185	3.94	4.70	6.03	7.20	9.47	11.30	107.24	128.00	82
Котлеты мясные "по домашнему" с соусом	70	90	7.23	9.30	5.25	6.75	5.88	7.56	109.67	141.00	274/505
Макароны отварные.	110	130	5.58	6.60	5.58	6.60	10.15	12.00	118.46	140.00	334
Икра кабачковая	30	50	1.26	2.10	3.36	5.60	4.20	7.00	35.70	77.4	пр
Компот из сухофруктов	150	180	0.23	0.27	0.08	0.09	17.78	21.33	79.45	95.34	349
Хлеб пшеничный	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.20	пр
Хлеб ржаной	30	30	1.50	1.50	0.30	0.30	13.80	13.80	63.53	63.53	пр
<b>Итого за обед</b>	565	685	19.89	24.62	20.75	26.69	70.98	82.69	560.25	691.47	
<b>Полдник:</b>											
Молоко кипяченое	150	200	3.525	4.7	3.75	5	4.5	6	65.85	87.8	пр
Кондитерское изделие	50	50	1.88	1.88	2.45	2.45	18.6	18.6	104.25	104.25	пр
<b>Итого за полдник</b>	200	250	5.405	6.58	6.2	7.45	23.1	24.6	170.1	192.05	
<b>Ужин:</b>											
Запеканка творожная с рисом	150	180	25.73	30.87	22.78	27.34	30.62	36.74	354.73	425.67	366
Соус молочный сладкий	30	30	0.56	0.56	2.00	2.00	3.32	3.32	33.54	33.536	506
Чай с сахаром	200	200	0.2	0.2	0	0	10	10	40.6	40.6	376
Хлеб пшеничный	20		1.50			0.15		9.70		46.2	пр
Бутерброд с джемом или повидлом		40	0.00	1.75	0.00	2.81	0.00	20.24	0.00	113.45	9

<b>Итого за ужин</b>	400	450	27.99	31.63	24.78	29.49	43.94	80.00	428.86	659.46	
<b>Итого за день</b>	1615.00	1885.00	66.57	77.48	69.31	82.52	210.41	266.14	1702.29	2131.15	

**день8**

Наименование блюд	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энерг ценность		№ рецепту р
	ясли	сад	Б		Ж		У		ясли	сад	
<b>Завтрак:</b>											
Каша вязкая из смеси круп молочная с маслом, сахаром	155	165	3.91	4.16	5.56	5.92	22.55	24.00	173.79	185	175
Чай с молоком, с сахаром	160	200	0.64	0.80	0.48	0.60	10.88	13.60	50.24	62.8	378
Масло сливочное/ порциями	5	5	0.05	0.05	3.65	3.65	0.05	0.05	33.10	33.10	14
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1.00	1.00	0.90	0.90	15.00	15.00	104.66	104.66	пр
<b>Итого за завтрак</b>	350	400	5.60	6.01	10.59	11.07	48.48	52.65	361.79	385.56	
<b>Второй завтрак</b>											
Сок яблочный	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	пр
<b>Итого за второй завтрак</b>	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	
<b>Обед:</b>											
Рассольник «Ленинградский» на к/б сметаной	155	190	1.80	2.21	3.83	4.70	16.54	20.27	107.57	131.86	96
Жаркое по-домашнему с курицей	160	200	7.84	9.80	6.96	8.70	18.88	23.60	169.60	212	292
Свекла припущенная	30	50	0.86	1.43	0.74	1.23	16.65	27.75	29.01	48.35	141
Компот из сухофруктов	150	180	0.23	0.27	0.08	0.09	17.78	21.33	79.45	95.34	349
Хлеб пшеничный	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.2	пр
Хлеб ржаной	20	30	1.00	1.50	0.20	0.30	9.20	13.80	42.35	63.53	пр
<b>Итого за обед</b>	535	670	11.88	15.36	11.96	15.17	88.74	116.45	474.18	597.28	
<b>Полдник:</b>											
Напиток из св/м ягод	150	200	0.32	0.43	0.00	0.00	19.98	26.64	61.00	104.4	639
Ватрушки с повидлом	50	50	4.59	4.59	6.60	6.60	33.00	33.00	146.00	146	426
<b>Итого за полдник</b>	200	250	4.91	5.02	6.60	6.60	52.98	59.64	207.00	250.40	
<b>Ужин:</b>											
Рис отварной	120	130	4.39	4.76	5.00	5.42	4.01	4.34	148.85	132.6	234

Суфле из рыбы с соусом	70	90	14.31	18.40	8.09	10.40	5.44	7.00	152.21	195.7	47
Кисель	180	200	0.018	0.02	0.018	0.02	5.157	5.73	40.00	127	396
Хлеб пшеничный	30	30	2.25	2.25	0.23	0.23	14.55	14.55	69.30	69.3	пр
<b>Итого за ужин</b>	400	450	20.97	25.43	13.34	16.07	29.16	31.62	410.36	524.60	
<b>Итого за день</b>	1585.00	1870.00	43.70	52.16	42.56	48.98	226.17	267.18	1484.38	1788.89	
<b>день9</b>											
Наименование блюд	Вес блюда		Пищевые вещества (г)						Энерг ценность		№ рецепту р
	ясли	сад	Б		Ж		У		ясли	сад	
<b>Завтрак:</b>											
Каша пшеничная молочная с маслом, сахаром	160	170	8.52	9.05	14.11	14.99	27.70	29.43	234.99	249.68	242
Кофейный напиток с молоком	160	200	3.10	3.88	2.13	2.66	9.11	11.39	67.73	84.66	379
Масло сливочное/ порциями	5	5	0.05	0.05	3.65	3.65	0.05	0.05	33.10	33.10	14
Батон витаминизированный обогащенный	30	30	1.00	1.00	0.90	0.90	15.00	15.00	104.66	104.66	пр
<b>Итого за завтрак</b>	355	405	12.67	13.98	20.79	22.20	51.86	55.87	440.48	472.10	
<b>Второй завтрак</b>											
Сок фруктовый	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	пр
<b>Итого за второй завтрак</b>	100	100	0.34	0.34	0.07	0.07	6.82	6.82	31.05	31.05	
<b>Обед:</b>											
Суп с домашней лапшой на курином бульоне	155	190	5.29	6.48	6.17	7.56	8.42	10.32	110.22	135.10	102.1
Фрикадельки мясные с соусом	70	90	7.12	9.15	7.75	9.96	17.15	22.05	166.79	214.44	128
Капуста тушеная	110	130	2.82	3.33	1.78	2.10	8.39	9.92	62.71	74.11	428
Морковь припущенная	30	50	1.03	1.72	0.88	1.47	1.97	3.29	18.66	31.1	55.1
Компот из сухофруктов	150	180	0.23	0.27	0.08	0.09	17.78	21.33	79.45	95.34	349
Хлеб пшеничный	20	20	0.15	0.15	0.15	0.15	9.70	9.70	46.20	46.2	пр
Хлеб ржаной	20	30	1.00	1.50	0.20	0.30	9.20	13.80	42.35	63.53	пр
<b>Итого за обед</b>	555	690	17.63	22.60	17.00	21.63	72.61	90.41	526.37	659.82	
<b>Полдник</b>											
Чай с сахаром, лимоном	155	205	0.15	0.20	0.00	0.00	8.32	11.00	33.80	44.7	377

Оладьи со сгущенным молоком с маслом, сахаром / Блины со сгущенным молоком с маслом, сахаром	60	60	5.15	5.15	4.66	4.66	21.52	21.52	149.33	149.33	64
<b>Итого за полдник</b>	215	265	5.30	5.35	4.66	4.66	29.83	32.52	183.13	194.03	
<i>Ужин:</i>											
Суфле куриное с соусом	70	90	13.46	17.30	7.31	9.40	4.67	6.00	151.82	195.2	48
Каша рассыпчатая гречневая	110	130	8.38	9.90	7.36	8.70	6.47	7.65	100.02	118.2	171
Кисель фруктовый	185	200	0.0185	0.02	0.0185	0.02	5.30	5.73	82.21	127	396
Хлеб пшеничный	20	30	1.50	2.25	0.15	0.23	9.70	14.55	46.20	69.3	пр
Хлеб ржаной	20		1.00		0.20		9.20		42.35		пр
<b>Итого за ужин</b>	405	450	24.35	29.47	15.04	18.35	35.34	33.93	422.60	509.70	
<b>Итого за день</b>	1630.00	1910.00	60.29	71.74	57.56	66.91	196.47	219.55	1568	1776	