

"Утверждено"
Заведующий МБДОУ
"Детский сад комбинированного вида № 47 'МЕЧТА' г. Георгиевска"

Примерное двухдневное (10-дневное) меню на весенне-летний период для детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 9 и 10,5 часовым пребыванием

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг					№ рецептуры
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe		
Неделя 1																
1 день																
Завтрак:	Яйцо вареное	С 40/1	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209	М.П. Могилынский 2005
		Я 40/1	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 321	М.П. Могилынский 2005
	Капуста тушеная	С 130	2,68	4,21	12,26	97,63	0,05	0,02	0,67	2,29	72,07	26,85	32,21	1,05	№ 321	М.П. Могилынский 2005
	Масло сливочное	Я 110	2,27	3,56	10,37	82,61	0,04	0,02	2,46	1,93	60,98	22,72	27,25	0,89	№ 119	М.П. Могилынский 2012
	"Крестьянское" (порциями) 72,5%	С 7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,01	0,03	0,02	1,90	0,84	0,00	22,03	0,01	№ 119	М.П. Могилынский 2012
	Булочка «Ладушка» йодированная	Я 25	2,75	0,55	26,80	139,00	0,13	0,04	2,48	0,00	10,69	14,91	78,40	0,63	Промышленная	
	чай с сахаром	С 200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392	М.П. Могилынский 2012
		Я 180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	М.П. Могилынский 2012	
	Итого: сал	С 402	10,60	9,38	50,46	344,03	0,21	0,24	3,25	2,32	115,86	43,16	190,19	2,99		
	Итого: ясли	Я 360	10,18	8,73	47,46	324,61	0,20	0,24	5,04	1,96	103,67	38,93	184,95	2,80		
2-завтрак:	Плоды свежие(яблоки)	С 100/1	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338	М.П. Могилынский 2005
		Я 100/1	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 101	М.П. Могилынский 2005
	Суп картофельный с крупной (пшено)	С 200	1,58	2,18	11,66	72,60	0,09	0,06	1,14	6,60	18,44	15,00	164,00	0,71	№ 101	М.П. Могилынский 2005
		Я 150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,95	13,83	10,00	123,00	0,53	№ 292	М.П. Могилынский 2005
	Макаронник с мясом	С 150	17,06	10,93	31,29	292,50	0,14	0,16	3,36	0,38	26,12	39,12	176,87	2,08	№ 292	М.П. Могилынский 2012
Обед	Компот из свежих плодов (яблоки)	С 180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521	М.П. Могилынский 2012
		Я 150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	№ 521	М.П. Могилынский 2012
	Хлеб пшеничный	С 35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70	№ 122	А.Я. Перевалов 2012
		Я 20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 123	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123	А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сал	Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
	Итого: ясли	С 652	24,20	14,09	85,35	567,21	2,24	0,29	5,32	9,32	79,93	86,30	429,80	5,33		
	Каша жидкая молочная из кукурузной крупы	Я 530	22,14	14,81	68,52	501,16	1,85	0,26	4,79	7,18	66,19	72,52	364,67	4,51		
		С 150	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04	№ 280	А.Я. Перевалов 2012
	Какао с молоком (1 вариант)	Я 130	1,42	3,31	14,65	94,47	0,01	0,02	0,42	0,10	19,50	2,60	15,92	0,04	№ 280	А.Я. Перевалов 2012
Полдник	Итого: сал	С 180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 397	М.П. Могилынский 2012
		Я 150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,00	0,00	0,11	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45		
	Итого: ясли	С 330	5,31	7,01	32,72	216,00	0,01	0,02	0,63	0,11	132,30	19,20	126,40	0,58		
		Я 280	4,57	6,03	27,61	183,47	0,01	0,02	0,53	0,10	111,00	16,10	105,92	0,49		
	Всего за день: сал	С 1384	40,11	30,48	168,53	1127,24	2,45	0,55	9,20	11,75	328,09	148,66	746,39	8,90		
	Всего за день: ясли	Я 1170	36,89	29,57	143,59	1009,24	2,06	0,52	10,36	9,24	280,86	127,55	655,54	7,80		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Б	Ж	У	ценность (ккал)	В1	В2	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 182 М.П. Могильный 2005
Завтрак	Каша жидкая молочная ячневая	С 180 Я 150	4,15 3,46	5,48 4,57	23,71 19,76	160,80 134,00	0,12 0,10	0,05 0,04	0,27 0,50	0,00 0,00	9,90 4,00	24,70 0,00	104,10 0,02	0,82 0,17	№ 7 М.П. Могильный
	Сыр полутвердый Российский 50% (порциями)	С 15	3,55	4,55	0,00	55,00	0,01	0,02	0,05	0,00	74,75	10,42	21,22	0,55	№ 122 Перевалов А.Я. 2012г.
	Хлеб пшеничный	Я 10 С 20 Я 15	2,40 1,52 1,14	3,03 0,16 0,12	0,00 7,38 9,84	36,60 47,00 35,25	0,01 0,04 0,03	0,02 0,05 0,04	0,05 0,40 0,29	0,04 0,06 0,04	53,39 4,00 3,00	7,44 0,00 0,00	19,20 0,02 0,02	0,39 0,17 0,22	№ 395 М.П. Могильный 2012
	Кофейный напиток с молоком (Парангг)	С 200 Я 180	3,12 2,81	2,66 2,39	14,17 12,75	93,30 83,90	1,05 0,94	0,00 0,00	0,15 0,14	0,00 0,00	122,00 109,80	18,00 16,20	120,00 108,00	0,60 0,54	№ 338 М.П. Могильный 2005
	Итого: сал	С 415 Я 355	8,79 7,41	8,30 7,08	45,26 42,35	301,10 253,15	1,21 1,07	0,10 0,08	0,92 0,93	0,06 0,04	137,88 122,70	47,64 40,90	244,94 212,12	1,75 1,58	№ 700 А.И. Здобнов № 103 М.П. Могильный 2005
2-завтрак:	Фрукты свежие (яблоки)	С 100/1 Я 100/1	0,40 0,40	0,40 0,40	9,80 9,80	44,00 44,00	0,03 0,03	0,02 0,02	0,30 0,30	10,00 10,00	16,00 16,00	9,00 9,00	11,00 11,00	2,20 2,20	№ 298 М.П. Могильный 2012
Обед	Овощи отварные с маслом (морковь)	С 50 Я 30	0,72 0,43	1,91 1,14	1,97 1,18	24,31 14,58	0,02 0,01	0,01 0,01	0,03 0,02	8,75 5,25	11,15 18,59	26,25 15,90	8,00 7,00	0,80 0,31	№ 522 А.Я. Перевалов 2012
	Суп картофельный с макаронными изделиями	С 200 Я 150	2,15 1,61	2,27 1,70	13,71 10,28	83,80 62,85	0,75 0,56	0,00 0,00	1,04 0,78	0,08 0,06	2,58 1,94	36,24 27,18	97,68 73,26	20,00 15,00	№ 122 А.Я. Перевалов 2012
	Голубцы ленивые	С 150 Я 130	10,61 8,84	6,81 5,68	15,04 12,53	164,00 136,67	0,40 0,33	0,17 0,14	1,70 1,46	0,00 0,00	17,40 15,11	19,00 16,50	79,00 68,50	1,32 1,01	№ 123 А.Я. Перевалов 2012
	Компот из смеси сухофруктов	С 180 Я 150	0,50 0,42	0,00 0,32	0,00 19,68	83,88 94,00	0,00 0,07	0,00 0,03	0,08 0,64	0,00 0,00	12,75 9,20	24,75 13,20	68,25 34,80	2,10 0,80	№ 219 М.П. Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	С 40 Я 30	3,04 2,28	0,24 0,24	14,76 14,76	70,50 70,50	0,05 0,05	0,02 0,02	0,48 0,26	0,00 0,00	6,90 13,95	9,90 17,39	26,10 58,46	0,60 1,44	№ 327 М.П. Могильный 2005
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	С 37 Я 30	2,47 1,98	0,45 0,36	12,52 10,02	65,25 52,20	1,94 1,60	0,04 0,03	0,26 0,21	0,00 0,00	13,95 10,50	17,39 14,10	58,46 47,40	1,44 1,17	№ 386 М.П. Могильный 2005
	Итого: сал	С 657 Я 520	19,49 15,56	11,76 9,12	87,58 69,27	532,02 420,68	3,18 2,55	0,24 0,20	3,77 3,03	8,83 5,31	69,58 65,79	141,78 108,33	359,84 290,51	26,88 20,19	№ 219 М.П. Могильный 2005
	Итого: ясли	С 120 Я 100	22,43 18,69	15,20 12,67	13,68 11,40	280,80 234,00	0,03 0,03	0,03 0,02	0,77 0,64	0,00 0,00	186,90 90,01	31,20 26,00	272,40 227,00	0,92 0,25	№ 327 М.П. Могильный 2005
	Сырники из творога	С 30 Я 30	0,58 0,58	1,36 1,36	3,98 3,98	30,45 30,45	0,01 0,01	0,02 0,02	0,04 0,04	0,10 0,10	18,81 18,81	2,64 2,64	14,69 14,69	0,05 0,05	№ 386 М.П. Могильный 2005
	Соус молочный сладкий	С 180 Я 150	5,00 4,20	3,93 3,28	7,35 6,13	85,06 70,89	0,07 0,06	0,31 0,26	0,18 0,15	1,26 1,05	216,00 180,00	25,20 21,00	162,00 135,00	0,18 0,15	№ 386 М.П. Могильный 2005
	Кефир 2,5% жир	С 330 Я 280	28,01 23,47	20,49 17,31	25,01 21,51	396,31 335,34	0,11 0,08	0,36 0,30	0,99 0,83	1,36 1,15	421,71 288,82	59,04 49,64	449,09 376,69	1,15 0,45	№ 386 М.П. Могильный 2005
	Итого: ясли	С 1402 Я 1155	56,29 46,44	40,55 33,51	157,85 133,13	1229,43 1009,17	4,50 3,58	0,70 0,58	5,58 4,79	10,25 6,50	629,17 477,31	248,46 198,87	1053,87 879,32	29,78 22,22	№ 386 М.П. Могильный 2005
	Всего за день: сал	С 1402 Я 1155	56,29 46,44	40,55 33,51	157,85 133,13	1229,43 1009,17	4,50 3,58	0,70 0,58	5,58 4,79	10,25 6,50	629,17 477,31	248,46 198,87	1053,87 879,32	29,78 22,22	№ 386 М.П. Могильный 2005

2

п/п	наименование блюда	Б	Ж	З	(ккал)	3 день	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	151,20	0,18	№ 121 М.П.Могилыный 2005
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями	С 180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	№ 119 М.П.Могилыный 2012
	Масло сливочное "Крестьянское" (порциями) 72,5%	Я 150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,30	0,20	0,00	0,84	0,00	22,30	0,01	№ 122 Перевалов А.Я. 2012г
	Хлеб пшеничный	С 7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,10	0,20	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П.Могилыный 2012
	Чай с молоком	Я 180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37	№ 385 М.П.Могилыный 2005
	Итого: сад	С 415	8,88	9,68	48,60	317,23	0,17	0,37	0,68	2,08	252,80	39,89	264,69	1,15	№ 117 М.П.Могилыный 2012
	Итого: ясли	Я 355	7,41	7,94	39,48	259,21	0,14	0,51	0,54	1,83	222,07	34,02	224,53	0,92	№ 87 М.П.Могилыный 2012
2- завтрак	Молоко кипяченое 2,5% жир	С 200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 304 М.П.Могилыный 2012
	Овощи отварные с маслом (свекла)	Я 150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	№ 383 М.П.Могилыный 2012
	Суп картофельный с рыбными консервами	С 50	0,45	2,35	2,97	34,80	0,01	0,01	0,14	2,82	9,08	6,60	11,40	0,30	№ 122 Перевалов 2012
	Плов из птицы	Я 30	0,27	1,41	1,78	20,88	0,01	0,01	0,21	1,69	5,45	3,96	6,84	0,18	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
	Кисель из повидла, джема, варенья	С 200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	Я 150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02	№ 393 М.П.Могилыный 2012
Обед	Плов из птицы	С 150	14,17	11,96	25,08	264,40	0,06	0,13	5,60	2,02	38,40	30,00	150,00	2,75	№ 304 М.П.Могилыный 2012
	Кисель из повидла, джема, варенья	Я 150	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 383 М.П.Могилыный 2012
	Хлеб пшеничный	С 40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	Я 30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: ясли	Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	№ 393 М.П.Могилыный 2012
Полдник	Пирожок печеный из дрожжевого теста с капустой	С 657	21,84	19,28	89,37	624,18	2,16	0,26	7,80	10,98	106,48	94,80	423,66	6,91	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Чай с лимоном	Я 540	19,99	17,12	75,16	538,98	1,78	0,23	7,42	8,32	88,95	78,77	357,54	5,94	№ 393 М.П.Могилыный 2012
	Итого: сад	С 60	3,63	4,24	21,90	140,12	0,06	0,04	0,75	0,09	7,90	0,72	35,10	0,46	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: ясли	Я 60	3,63	4,24	21,90	140,12	0,06	0,04	0,75	0,09	7,90	0,72	35,10	0,46	№ 393 М.П.Могилыный 2012
	Всего за день: сад	С 200/11/9	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Всего за день: ясли	Я 150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С 260	3,76	4,26	33,20	185,62	0,06	0,05	0,75	0,19	13,30	0,72	35,10	1,26	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: ясли	Я 210	3,70	4,25	29,00	169,12	0,06	0,05	0,75	0,19	13,76	0,72	35,10	1,18	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Всего за день: сад	С 1332	34,48	33,22	171,17	1127,03	2,39	0,68	9,23	13,25	372,32	135,41	723,45	9,32	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Всего за день: ясли	Я 1105	31,10	29,31	143,64	967,31	1,98	0,79	8,71	10,34	324,78	113,51	617,17	8,04	№ 557 А.Я.Перевалов 2012

							(ккал)	4 день										
Завтрак	Каша жидкая молочная пшеничная	С	180	6,68	6,53	32,75	219,36	0,12	0,05	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98			
		Я	150	5,57	5,44	27,29	182,80	0,10	0,04	0,50	0,00	9,90	24,70	104,10	0,82			
	Масло сливочное "Крестьянское" (порция)72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,10	0,30	0,02	0,00	0,84	0,00	22,30	0,01			
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,10	0,20	0,01	0,00	0,60	0,00	19,20	0,01			
	Хлеб пшеничный	С	20	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42			
		Я	15	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31			
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60			
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54			
	Итого: сал	С	407	12,54	15,26	49,90	429,83	0,15	0,07	0,76	0,00	140,16	54,32	264,56	2,00			
		Я	350	11,37	12,41	50,42	357,80	0,12	0,05	0,89	0,00	124,35	45,55	226,65	1,67			
2-завтрак:	Сок фруктовый (яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00			
		Я	200/1	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00			
	Суп картофельный с бобовыми	С	200	4,39	4,21	13,08	107,80	0,05	0,04	0,68	8,00	36,80	23,60	147,20	0,06			
		Я	150	3,29	3,16	9,79	80,85	0,05	0,04	0,61	7,20	33,12	21,24	132,50	0,05			
	Гренки из пшеничного хлеба	С	30	3,74	0,48	22,82	110,46	0,08	0,03	0,76	0,00	10,88	15,60	41,11	0,95			
		Я	20	2,49	0,32	15,21	73,64	0,05	0,02	0,51	0,00	7,25	10,40	27,41	0,63			
	Рыба запеченная в сметанном соусе	С	70	8,02	4,11	1,74	75,83	0,04	0,05	0,69	0,14	41,53	12,83	101,50	0,35			
		Я	50	5,72	2,93	1,24	54,17	0,03	0,04	0,49	0,10	29,67	9,17	72,50	0,25			
	Каша	С	130	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70			
		Я	110	6,31	4,47	28,34	178,75	0,10	0,06	1,26	0,00	23,40	27,90	102,66	2,35			
Обед	Компот из свежих плодов (яблоко)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40			
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33			
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30			
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20			
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44			
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17			
	Итого: сал	С	662	20,74	9,72	72,10	461,20	2,15	0,20	2,80	22,98	126,98	86,51	361,77	3,97			
		Я	540	14,93	7,12	52,87	337,07	1,75	0,16	2,08	16,70	98,18	66,25	288,78	2,91			
	Рагу из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73			
		Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62			
Подник	Кондитерское изделие (печенье)	С	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63			
		Я	15	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31			
	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30			
		Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20			
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31			
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28			
	Итого: сал	С	375	5,43	12,27	52,88	343,95	0,11	0,10	0,96	6,87	55,07	19,46	56,54	1,97			
		Я	285	3,61	9,35	36,29	243,80	0,09	0,07	0,67	5,81	43,57	13,55	39,41	1,41			
	Итого: ясли	С	1444	38,71	37,25	174,88	243,98	2,40	0,37	4,52	29,85	322,21	160,29	682,87	7,94			
		Я	1175	29,91	28,88	139,58	938,67	1,96	0,28	3,64	22,51	266,10	125,35	554,84	5,99			

5 день																
Завтрак	Суп молочный с крупной рисовой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121 М.П. Могилыный 2005
	Масло сливочное "Крестьянское" (порция) 72,5%	Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	
		С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,10	0,30	0,20	0,00	0,84	0,00	22,30	0,01	№ 119 М.П. Могилыный 2012
	Хлеб пшеничный	Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,10	0,20	0,10	0,00	0,60	0,00	19,20	0,01	
	Чай с лимоном	С	20	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 122 Перевалов А.Я. 2012г
		Я	15	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	№ 393 М.П. Могилыный 2012
	Итого: сад	С	407	6,12	9,69	36,31	256,46	0,13	0,22	0,58	0,78	130,79	23,97	172,84	1,40	
	Итого: ясли	Я	350	5,81	7,60	27,03	196,30	0,10	0,38	0,45	0,68	113,73	19,63	142,22	1,18	
	Плоды свежие (яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П. Могилыный 2005
		Я	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 75 М.П. Могилыный 2005
Обед	Икра свекольная	С	50	0,60	2,35	3,85	39,00	0,01	0,01	0,35	5,00	11,50	7,00	21,00	0,30	
	Борщ с капустой и картофелем	Я	30	0,70	1,38	3,70	30,03	0,01	0,01	0,21	3,00	6,90	4,20	12,60	0,18	№ 57 М.П. Могилыный 2012
		С	200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	№ 184 А.И. Здобнов 2005
	Пампушки с чесноком	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 76 М.П. Могилыный 2005
	Котлеты или биточки рыбные	Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 312 М.П. Могилыный 2005
		С	70	9,41	4,66	10,54	121,34	0,07	0,09	1,10	1,60	44,21	26,25	145,72	0,97	№ 522 А.Я. Перевалов 2012
	Пюре картофельное	Я	50	6,72	3,33	7,53	86,67	0,05	0,06	0,79	1,14	31,58	18,78	104,09	0,69	№ 122 А.Я. Перевалов 2012
	Компот из смеси сухофруктов	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95	0,05	0,34	0,42	1,90	15,60	13,00	26,86	0,33	№ 123 А.Я. Перевалов 2012
		Я	110	2,25	3,52	14,98	100,65	0,04	0,28	0,35	1,60	13,20	11,00	22,70	0,28	А.Я. Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 122 А.Я. Перевалов 2012
Полдник	Хлеб ржано-пшеничный	Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	№ 122 А.Я. Перевалов 2012
		С	20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,02	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	А.Я. Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	Я	10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я. Перевалов 2012
		С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	А.Я. Перевалов 2012
	Итого: сад	Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	№ 587 А.Я. Перевалов 2012
		С	707	19,80	16,51	97,72	620,30	2,18	0,56	3,67	25,42	149,52	120,14	442,00	6,80	№ 385 М.П. Могилыный 2005
	Итого: ясли	Я	550	15,12	12,42	77,70	481,53	1,79	0,44	2,84	20,98	117,59	94,49	346,96	5,39	
	Гребешок из дрожжевого теста	С	60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	
		Я	60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	
	Молоко кипяченое 2,5%жир	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П. Могилыный 2005
Всего за день: сад	Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16		
	С	260	10,80	9,58	40,39	290,49	0,16	0,38	1,24	2,79	273,53	24,46	245,20	0,79		
	Итого: ясли	Я	210	9,27	8,22	37,86	262,19	0,14	0,30	1,19	2,11	210,33	22,10	197,80	0,74	
Всего за день: ясли	С	1374	36,72	35,78	174,42	1167,25	2,47	1,16	5,49	28,99	553,84	168,57	860,04	8,99		
	Я	1110	30,20	28,24	142,59	940,02	2,03	1,12	4,48	23,77	441,65	136,22	686,98	7,31		

Итого за день														
6. День														
Наименование	С	40/1	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00
Завтрак	Яйцо вареное	Я	40/1	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	22,00	0,00	76,80	1,00
	Рис из овощей	С	130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	22,50	0,73
	Масло сливочное "Крестьянское" (порция) 72,5%	Я	110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	19,10	0,62
	Булочка «Ладушка» йодированная	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,10	0,30	0,20	0,84	0,00	22,19	0,01
	Чай с сахаром	Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,10	0,20	0,10	0,00	0,60	19,20	0,01
2-завтрак	Итого: сад	С	402	8,80	18,91	33,35	338,40	0,13	0,26	0,88	6,87	71,20	125,36	2,46
	Итого: ясли	Я	360	8,06	16,18	27,82	288,80	0,11	0,25	0,80	5,81	63,57	120,23	2,21
	Плоды свежие (яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	11,00	2,20
	Суп картофельный с клецками	С	200	1,67	2,69	9,71	69,80	0,24	0,72	1,80	8,40	34,40	136,00	1,44
	Птица тушеная в соусе с ов	С	150	1,26	2,02	7,28	52,35	0,18	0,54	1,35	6,30	25,80	102,00	1,08
Обед	Кисель из повидла, джема, варенья	С	150	7,51	4,81	13,88	129,10	0,60	0,00	0,80	6,12	2,02	28,30	15,60
	Хлеб пшеничный	С	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	30,47	0,70
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46
	Итого: сад	С	652	14,79	8,28	74,61	433,86	2,86	0,81	3,66	15,93	74,07	306,40	19,75
	Итого: ясли	Я	530	12,58	7,38	58,47	351,90	2,42	0,60	2,83	13,28	54,57	247,40	18,65
Полдник	Каша жидкая молочная пшенная	С	150	3,46	4,57	19,76	134,00	0,04	0,02	0,83	0,00	9,90	24,70	37,50
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00
	Итого: сад	С	330	6,27	6,96	32,51	217,90	0,98	0,02	0,97	0,00	119,70	40,90	145,50
	Итого: ясли	Я	280	5,34	5,96	27,76	186,13	0,82	0,84	0,00	100,08	34,91	122,50	1,16
	Всего за день: сад	С	1384	29,86	34,15	140,47	990,16	3,97	1,09	5,51	22,81	264,97	147,41	577,26
	Всего за день: ясли	Я	1170	25,98	29,52	114,05	826,83	3,35	0,87	4,46	19,09	218,22	490,13	22,02

		№		гггг		7 день		(кварт)													
Завтрак	Суп молочный с крупой ячневой	С	180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№121 М.П. Могильный 2005					
		Я	150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15						
	Сыр полутвердый Российский 50% (порциями)	С	15	3,55	4,55	0,00	55,00	0,20	0,30	0,10	0,20	0,00	0,20	0,20	0,10	№67 М.П. Могильный					
		Я	10	2,40	3,03	0,00	36,60	0,10	0,20	0,10	0,10	0,00	0,10	0,20	0,01						
	Хлеб пшеничный	С	20	3,68	5,35	11,33	108,11	0,04	0,05	0,40	0,06	74,75	10,42	64,93	0,55	№122 Перевазов А.Я.2012г					
		Я	15	2,63	3,82	8,09	77,22	0,03	0,04	0,29	0,04	53,39	7,44	46,38	0,39						
	Какао с молоком (1 вариант)	С	200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 397 М.П. Могильный 2012					
		Я	180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54						
		Итого: сад	С	415	12,21	13,55	33,75	345,94	0,14	0,24	0,79	0,74	315,86	45,71	338,13	1,33					
		Итого: ясли	Я	355	9,91	10,82	36,53	283,52	0,11	0,40	0,63	0,62	266,41	38,62	282,05	1,08					
2- завтрак	Молоко кипяченое 2,5%жир	С	200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П. Могильный 2005					
		Я	150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16						
	Икра морковная	С	50	0,60	2,35	3,85	39,00	0,01	0,01	0,35	5,00	11,50	7,00	21,00	0,30	№ 75 М.П. Могильный 2005					
		Я	30	0,70	1,38	3,70	30,03	0,01	0,01	0,21	3,00	6,90	4,20	12,60	0,18						
	Суп картофельный с крупой	С	200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 101 М.П. Могильный 2005					
		Я	150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02						
	Тефтели 2-ой вариант	С	70	11,48	18,90	17,09	284,20	0,07	0,12	2,80	0,00	15,75	22,75	113,75	1,05	№ 279 М.П. Могильный 2005					
		Я	50	8,20	13,50	12,20	203,00	0,05	0,09	2,00	0,00	11,25	16,25	81,25	0,75						
	Соус сметанный с томатом	С	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 331 М.П. Могильный 2005					
		Я	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24						
Обед	Макaronные изделия отварные с маслом сливочным 72,5%жир	С	130	4,76	3,65	22,85	143,40	0,12	0,07	1,48	0,00	27,70	33,00	121,33	2,77	№ 203 М.П. Могильный 2005					
		Я	110	4,03	3,09	19,33	121,30	0,10	0,06	1,25	0,00	23,50	27,90	102,70	2,35						
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521 М.П. Могильный 2012					
		Я	150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33						
	Хлеб пшеничный	С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122 А.Я.Перевазов 2012					
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60						
	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	-65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123 А.Я.Перевазов 2012					
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17						
		Итого: сад	С	737	24,94	31,62	99,85	789,76	2,32	0,36	12,67	31,42	126,87	128,98	525,34	8,36					
		Итого: ясли	Я	580	19,30	23,43	79,49	610,52	1,90	0,28	11,05	27,46	98,99	100,85	405,05	6,64					
Полдник	Залепанка из творога	С	120	21,05	14,46	20,58	296,48	0,06	0,04	0,61	0,36	182,40	27,60	168,00	1,04	№ 223 М.П. Могильный 2005					
		Я	100	17,54	12,05	17,15	247,00	0,05	0,03	0,51	0,30	152,00	23,00	140,00	0,87						
	Соус молочный сладкий	С	30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05	№ 327 М.П. Могильный 2005					
		Я	30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05						
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393 М.П. Могильный 2012					
		Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72						
		Итого: сад	С	350	21,76	15,84	35,86	372,43	0,07	0,07	0,65	0,56	206,61	30,24	182,69	1,89					
		Итого: ясли	Я	280	18,19	13,42	28,23	306,45	0,06	0,06	0,55	0,50	176,67	25,64	154,69	1,64					
		Всего за день: сад	С	1502	58,91	61,01	169,46	1508,13	2,53	0,67	14,11	32,72	649,34	204,93	1046,16	11,58					
		Всего за день: ясли	Я	1215	47,40	47,67	144,25	1200,49	2,07	0,74	12,23	28,58	542,07	165,11	841,79	9,36					

										8 день							
Завтрак	Каши жидкая молочная рисовая	С	180	1,96	4,58	20,27	130,70	0,01	0,03	0,59	0,13	27,00	3,60	23,08	0,05	№ 182 М.П. Могилинский 2005	
		Я	150	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04		
	Масло сливочное "Крестьянское" (порциями) 72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,10	0,30	0,20	0,00	0,60	0,00	23,30	0,01	№ 119 М.П. Могилинский 2012	
		Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,10	0,20	0,10	0,00	0,60	0,00	19,30	0,01		
	Хлеб пшеничный	Я	20	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 122 Перевалов А.Я. 2012г	
		С	200	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31		
	Чай с молоком	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П. Могилинский 2012	
		Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37		
		Итого: сал	С	407	6,59	12,28	46,06	321,30	0,08	0,21	1,05	1,46	159,78	25,68	134,50	0,88	
		Итого: ясли	Я	350	6,44	9,94	38,54	266,00	0,07	0,17	0,85	1,31	141,05	21,55	116,45	0,72	
2-завтрак:	Пшобы свежие (яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П. Могилинский 2005	
		Я	1001/	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20		
	Суп-лапша домашняя	С	200	1,77	4,05	9,54	81,80	0,04	0,01	0,33	0,40	15,76	8,36	23,44	0,47	№ 218 А.И. Здобнов 2005	
		Я	150	1,32	3,04	7,15	61,35	0,03	0,01	0,25	0,30	11,82	6,27	17,58	0,35		
	Котлета рубленая из бройлер-цыплят	С	70	10,73	9,67	10,88	173,83	0,05	0,07	2,59	0,35	13,10	12,25	49,00	0,96	№ 295 М.П. Могилинский 2005	
		Я	50	7,66	6,91	7,77	124,16	0,03	0,05	1,85	0,25	9,33	8,75	35,00	0,70		
	Капуста тушеная	С	130	2,68	4,21	12,26	97,63	0,00	0,00	0,13	0,00	105,70	15,60	104,00	0,52	№ 321 М.П. Могилинский 2005	
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61	0,00	0,00	0,11	0,00	89,50	13,20	88,00	0,44		
	Обед	Компот из смеси сухофруктов	С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 522 А.Я. Перевалов 2012
			Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	
Хлеб пшеничный		С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 122 А.Я. Перевалов 2012	
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60		
Хлеб ржано-пшеничный		С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123 А.Я. Перевалов 2012	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
		Итого: сал	С	657	21,19	18,70	89,54	613,17	2,10	0,14	4,05	0,75	173,01	96,50	351,60	6,71	
		Итого: ясли	Я	520	15,93	14,11	70,57	474,70	1,71	0,11	2,98	0,55	140,80	76,97	282,33	5,36	
Полдник		Крендель сахарный	С	60	4,31	7,94	36,76	235,64	0,04	0,02	0,91	0,00	10,22	14,64	21,40	0,58	№ 569 А.Я. Перевалов 2012
			Я	60	4,31	7,94	36,76	235,64	0,04	0,02	0,91	0,00	10,22	14,64	21,40	0,58	
	Чай с сахаром	С	200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392 М.П. Могилинский 2012	
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28		
	Итого: сал	С	260	4,38	7,96	47,86	280,04	0,04	0,02	0,93	0,03	21,32	16,04	24,18	0,89		
		Итого: ясли	Я	210	4,37	7,96	46,75	275,64	0,04	0,02	0,93	0,03	20,22	15,94	23,90		0,86
	Всего за день: сал	С	1324	32,16	38,94	183,46	1214,51	2,22	0,37	6,03	2,25	354,11	138,22	510,28	8,48		
		Итого: ясли	Я	1080	26,74	32,01	155,86	1016,34	1,82	0,30	4,76	1,89	302,07	114,46	422,68		6,94

		(млн руб.)										9 день				
		С	180	5,17	4,09	16,95	130,70	0,05	0,13	0,57	4,68	109,44	18,00	86,40	0,40	№ 120
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	Я	150	4,31	3,91	14,13	108,90	0,05	0,11	0,48	3,90	91,20	15,00	72,00	0,33	М.П.Мотильный 2005
	Масло сливочное "Крестьянское" (порциями) 72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,10	0,30	0,20	0,00	0,60	0,00	22,19	0,01	№ 119 М.П.Мотильный 2012
	Хлеб пшеничный	Я	5	0,04	3,63	0,09	33,00	0,01	0,20	0,10	0,00	0,60	0,00	19,20	0,01	№ 122 Перевалов
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	Я	20	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	А.Я.2012г
	Хлеб пшеничный	Я	15	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	№ 395
	Кофейный напиток с молоком (1 вариант)	С	200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	М.П.Мотильный 2012
	Итого: сад	Я	180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	
	Итого: ясли	С	407	9,95	12,45	40,99	315,80	1,13	0,15	1,06	4,68	237,72	42,68	226,04	1,42	
	Сок фруктовый Яблочный)	Я	350	9,25	10,08	34,19	260,80	1,01	0,12	0,87	3,90	205,65	35,85	194,55	1,18	№ 389
	Сок фруктовый Яблочный)	С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	М.П.Мотильный 2005
2-завтрак:	Свекольник	С	200	1,74	3,53	9,67	92,62	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 145
	Рыба, тушенная в томате с овощами	Я	150	1,31	2,65	7,25	69,46	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	А.Я.Перевалов 2012
	Рыба, тушенная в томате с овощами	С	70/70	8,87	2,85	6,22	86,33	0,08	0,06	0,33	0,09	28,00	25,36	149,64	1,25	№ 354 Перевалов А.Я
	Пюре гороховое с маслом сливочным 72,5%	Я	50/50	6,34	2,04	4,44	61,66	0,06	0,04	0,24	0,06	20,00	18,11	106,88	189,00	2012
	Пюре гороховое с маслом сливочным 72,5%	С	130	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70	№ 522 А.Я.Перевалов
	Кисель из повидла, джема, варенья	Я	110	6,31	4,47	28,34	178,75	0,10	0,06	1,26	0,00	23,40	27,90	102,66	2,35	2012
	Хлеб пшеничный	С	180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 383
	Хлеб ржано-пшеничный	Я	150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	М.П.Мотильный 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	25	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 122
	Хлеб ржано-пшеничный	Я	20	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	А.Я.Перевалов 2012
Обед	Хлеб ржано-пшеничный	С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123
	Хлеб ржано-пшеничный	Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С	722	23,25	13,79	90,51	593,64	2,23	1,48	4,24	30,65	145,43	117,56	437,98	7,26	
	Итого: ясли	Я	570	18,42	11,16	74,57	482,05	1,84	1,43	3,71	23,93	121,33	96,32	357,07	194,09	
	Омлет натуральный	С	80	7,52	13,46	1,51	157,00	0,05	0,31	0,15	0,21	100,54	16,90	138,60	2,55	№ 210
	Кондитерское изделие (печенье)	Я	60	5,73	11,04	1,10	127,00	0,04	0,24	0,12	0,18	85,07	14,30	105,10	2,16	М.П.Мотильный 2005
	Кондитерское изделие (печенье)	С	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 604 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	Я	15	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	№ 386
	Хлеб пшеничный	С	180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	М.П.Мотильный 2005
	Хлеб пшеничный	Я	150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15	№ 122
Полдник	Хлеб пшеничный	С	15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С	305	15,91	20,45	38,56	402,41	0,17	0,66	0,88	1,47	328,69	53,23	331,86	3,66	
	Итого: ясли	Я	235	11,81	15,87	23,31	283,89	0,14	0,52	0,59	1,23	271,72	41,69	257,91	2,82	
	Всего за день: сад	С	1434	49,11	46,69	170,06	1311,85	3,54	2,28	6,18	36,80	711,84	213,47	995,88	12,34	
	Всего за день: ясли	Я	1155	39,48	37,11	132,07	1026,74	2,99	2,07	5,17	29,06	598,70	173,86	809,53	198,09	

10 дней																
	Каши жидкая молочная из манной крупы	С	180	2,48	4,38	19,32	129,60	0,05	0,03	0,99	0,82	113,80	10,80	45,00	0,40	№ 181 М.П. Мотыльский 2005
Завтрак	Масло сливочное "Крестьянское" (порция) 72,5%	С	7	0,06	5,08	0,10	46,20	0,10	0,30	0,20	0,00	0,84	0,00	22,30	0,01	№ 119 М.П. Мотыльский 2012
	Хлеб пшеничный	Я	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,10	0,20	0,10	0,00	0,60	0,00	19,20	0,01	
	Чай с молоком	С	200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	13,40	92,78	0,41	
	Итого: сад	С	415	7,43	9,69	52,78	327,67	0,12	0,21	1,43	2,22	247,23	33,40	156,49	1,37	
	Итого: если	Я	355	6,20	7,95	42,96	267,91	0,10	0,17	1,17	1,93	213,65	28,04	134,36	1,10	
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки)	С	100/1	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П. Мотыльский 2005 № 75 М.П. Мотыльский 2005 № 57 Сборник Стар.фирм. блонд № 184 А.И.Здобнов 2005 №237 Мотыльский М.П. 2005
	Икра свекольная	С	50	0,60	2,35	3,85	39,00	0,01	0,01	0,35	5,00	11,50	7,00	21,00	0,30	
	Борщ Ставропольский	Я	30	0,70	1,38	3,70	30,03	0,01	0,01	0,21	3,00	6,90	4,20	12,60	0,18	
	Пампушки с чесноком	С	200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	
	Зразы рыбные рубленые	Я	150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	
Обед	Пюре картофельное	С	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№312 М.П. Мотыльский 2012 № 521 М.П.Мотыльский 2012 № 122 А.Я.Перевалов 2012 № 123 А.Я.Перевалов 2012
	Компот из свежих плодов (яблоки)	Я	20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	
	Хлеб пшеничный	С	70/5	13,35	7,19	7,01	162,45	0,11	0,30	2,59	2,88	36,14	45,15	31,50	0,63	
	Хлеб ржано-пшеничный	Я	50/5	9,53	5,13	4,29	121,53	0,09	0,24	2,05	9,63	25,81	32,25	22,50	0,45	
	Пюре картофельное	С	130	2,65	4,16	17,71	118,95	0,05	0,34	0,42	15,74	32,04	24,05	15,60	0,87	
Полдник	Хлеб пшеничный	Я	180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 137 М.П.Мотыльский 2012 № 393 М.П.Мотыльский 2012 № 122 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржано-пшеничный	С	15	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	
	Итого: сад	С	682	30,55	20,26	68,77	617,94	2,27	0,67	6,69	36,77	149,73	131,83	241,52	4,46	
	Итого: если	Я	550	25,53	16,08	56,28	510,65	4,78	0,63	5,95	39,40	141,45	129,95	275,91	5,51	
	Чай с лимоном	С	200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	
Полдник	Хлеб пшеничный	Я	150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,72	М.П.Мотыльский 2012 № 393 М.П.Мотыльский 2012 № 122 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С	345	3,62	9,37	33,22	231,70	0,09	0,08	0,71	6,94	41,82	13,53	39,90	1,93	
	Итого: если	Я	270	2,88	7,91	24,70	182,05	0,19	0,19	1,40	16,29	95,51	26,16	78,95	4,24	
	Всего за день: сад	С	1442	41,60	39,32	154,77	1177,31	2,48	0,96	8,83	45,93	438,78	178,76	437,91	7,76	
	Итого за весь период:	С	1175	34,61	31,94	123,94	960,61	5,07	0,99	8,52	57,62	450,61	184,14	489,22	10,85	
	Итого за весь период: если	Я	348,74	327,76	1372,70	9895,42										
	Среднее значение за весь период	С	41,80	39,74	166,51	1208,79										
	Среднее значение за весь период	Я	34,87	32,78	137,27	989,54										
	% выполнения от калорийности	С	101,94	88,31	85,39	89,54										
	% выполнения от калорийности	Я	108,98	93,65	90,31	94,24										

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Дели притинг Москва 2012 г. М.П. Мотыльский
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели притинг Москва 2005 г. М.П. Мотыльский
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет. оздоровительных учреждений Пермь 2012 г. А.Я. Перевалов