СОГЛАСОВАНО

Заведующий МАДОУ №

УТВЕРЖДЕНО

Управляющий ООО «ОЛЕС»

Васьков Е.Л._____

ПРИМЕРНОЕ 2-Х НЕДЕЛЬНОЕ ВСЕСЕЗОННОЕ МЕНЮ ДЛЯ ВОСПИТАННИКОВ ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ (ЯСЕЛЬНАЯ ГРУППА) В ДЕТСКИХ ДОШКОЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

Утверждено приказом № __ от 01.07.2024 г.
Управляющий ООО "ОЛЕС" Е.Л. Васьков _____

МЕНЮ для дошкольного возраста (от 1 до 3 лет)

№ р.	Наименование блюд	Выход, г	Белки ,г	Жиры ,г	Угл.,г	Ккал	В1, мг	С, мг	А, мкг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	F, мг	Se,мг
	1 день понедельник																		
	Завтрак																		
	Каша ячневая молочная со слив маслом	130	5.5	6.5	19.0	181.00	0.00	0.50	0.10	6.50	0.10	144.00	40.00	321.00	0.30	195.00	18.00	0.20	0.000
	Батон с маслом сливочным 30\5	35	2.3	4.5	15.1	103.0	0.11	0.00	0.00	0.10	0.00	65.70	3.90	20.50	0.30	3.80	0.00	0.00	0.000
	Напиток кофейный на молоке	180	1.2	1.4	20.20	99.00	0.00	0.12	0.00	0.00	0.02	19.45	1.35	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	345	9.0	12.4	54.3	383.0	0.1	0.6	0.1	6.6	0.1	229.2	45.3	341.5	0.6	198.8	18.0	0.2	0.0
	II завтрак																		
	Йогурт	100	0.2	0.2	25.0	85.8	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	0.00	0.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.000
	Обед																		
	Овощи натуральные (огурцы)	30	1.3	3.0	12.1	93.9	0.02	9.50	0.00	2.30	0.04	35.15	0.00	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	0.000
	Суп картофельный с горохом с гренками 150\5	155	4.4	5.0	35.0	171.0	0.00	8.70	0.02	0.00	0.00	49.91	2.60	27.00	0.30	22.10	13.00	1.00	0.000
	Ежики из свинины в соусе 50\50	100	16.2	7.1	4.5	148.0	0.20	0.90	4.00	0.00	0.00	54.80	19.00	43.00	0.20	30.20	13.00	0.00	0.000
	Макаронные изделия	110	3.0	5.0	40.0	216.7	0.11	0.01	0.00	0.11	0.00	7.99	6.37	3.50	0.40	65.00	0.65	0.00	0.000
	Компот из смеси сухофруктов	150	0.3	0.0	10.6	44.9	0.00	9.00	0.00	0.00	0.00	15.90	2.00	1.30	0.36	0.00	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	595.00	29.2	20.7	126.2	799.5	0.4	28.1	4.0	2.4	0.0	174.3	40.5	74.8	3.4	119.4	26.7	1.0	0.0
	Полдник усиленный																		
	Ваирушка со сметаной	60	3.0	11.0	21.3	180.0	0.10	12.70	0.01	0.00	0.10	186.00	44.00	47.00	0.40	96.00	8.04	0.00	0.000
	Омлет натуральный	100	4.40	3.90	19.00	189.00	0.03	0.02	0.00	0.00	0.02	9.40	0.70	23.00	0.40	17.30	0.00	0.00	0.009
	Чай с сахаром	150	0.1	0.0	20.0	94.2	0.02	0.30	1.00	0.60	0.04	10.50	1.60	0.00	0.28	0.50	0.00	0.00	0.000
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	320.00	7.6	15.0	63.6	482.2	0.2	13.0	1.0	0.6	0.2	209.4	46.3	70.0	1.5	113.8	8.0	0.0	0.009
	Итого за день	1360	46.0	48.3	269.1	1750.5	0.7	45.4	5.1	9.6	0.3	625.4	132.0	486.3	7.9	432.0	52.7	1.2	0.009
	2 день вторник																		
	Завтрак																		
	Пудинг творожный со сгущенным молоком 130\10	140	15.0	15.9	29.8	372.53	0.00	0.40	0.05	0.00	0.02	228.70	13.52	36.00	0.8	24.84	1.96	0.40	0.003
	Батон	30	1.5	0.6	10.0	47.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	4.40	3.40	19.10	1.6	3.00	0.00	0.00	0.000

	Напиток какао на молоке	180	1.2	1.4	20.20	99.00	0.00	0.50	0.00	0.00	0.10	105.00	15.28	82.00	0.10	7.00	8.40	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**350**	**17.7**	**17.9**	**60.0**	**518.5**	**0.0**	**0.9**	**0.1**	**0.0**	**0.1**	**338.1**	**32.2**	**137.1**	**2.5**	**34.8**	**10.4**	**0.4**	**0.003**
	II завтрак																		
	Яблоко свежее	**100**	**1.5**	**0.5**	**21.0**	**96**	**0.00**	**10.00**	**0.00**	**0.00**	**0.10**	**8.00**	**41.58**	**272.51**	**0.6**	**195.8**	**25.09**	**0.1**	**0.013**
	Обед																		
	Суп крестьянский (без крупы) со сметаной 150/5	155	2.4	4.3	16.1	74.4	0.20	4.50	0.02	0.00	0.10	32.00	10.30	14.50	0.80	56.40	13.00	0.00	0.000
	Печень в молочном соусе 50\20	70	10.8	6.6	3.0	118.8	0.00	0.12	0.00	0.00	0.07	77.00	19.70	56.00	0.50	25.10	11.00	0.00	0.000
	Каша гречневая вязкая	110	3.0	2.5	16.0	88.0	0.00	11.00	0.02	0.09	0.10	71.00	24.90	5.40	0.60	35.54	2.36	0.00	0.000
	Кисель концентрат	150	0.0	0.0	11.6	46.5	0.12	7.20	1.00	1.60	0.03	24.30	1.60	0.00	0.00	0.50	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**535**	**20.2**	**14.0**	**70.7**	**452.7**	**0.4**	**22.8**	**1.0**	**1.7**	**0.3**	**214.8**	**67.0**	**75.9**	**3.1**	**119.6**	**26.4**	**0.0**	**0.000**
	Полдник усиленный																		
	Пюре картофельное	100	4.8	9.0	16.5	161.2	0.10	3.00	4.00	6.00	0.06	65.00	25.00	145.00	0.80	126.00	17.30	1.20	0.000
	Булочка Домашняя	50	4.80	8.50	18.00	171.30	0.03	0.03	0.00	0.00	0.00	78.00	0.00	0.00	0.50	0.00	0.00	0.00	0.000
	Чай с лимоном	150	0.1	0.0	9.0	36.0	0.00	8.00	0.00	0.00	0.00	2.00	2.00	1.30	0.10	0.00	0.00	0.00	0.000
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**310.00**	**9.8**	**17.6**	**46.8**	**387.5**	**0.1**	**11.0**	**4.0**	**6.0**	**0.06**	**148.5**	**27.0**	**146.3**	**1.8**	**126.0**	**17.3**	**1.2**	**0.000**
	Итого за день	**1295**	**49.2**	**50.0**	**198.5**	**1454.7**	**0.6**	**44.8**	**5.1**	**7.7**	**0.58**	**709.4**	**167.8**	**631.8**	**8.0**	**476.3**	**79.1**	**1.7**	**0.016**
	3 день среда																		
	Завтрак																		
	Сыр порциями	10	3.9	4.0	0.0	53	0.00	0.10	0.10	2.00	0.10	177.00	0.40	98.00	0.1	13.20	8.00	0.10	0.013
	Каша Ассорти (рис,греча) жидкая молочная	130	7.6	12.6	21.5	156.60	0.00	0.30	0.03	3.00	0.30	130.00	27.00	205.95	0.40	0.00	22.00	0.63	0.003
	Батон	30	2.3	4.5	15.1	103.0	0.11	0.00	0.00	0.10	0.00	65.70	3.90	20.50	0.30	3.80	0.00	0.00	0.000
	Чай с молоком	180	0.3	0.1	8.00	38.50	0.00	0.12	0.00	0.00	0.02	19.45	1.35	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**350**	**10.2**	**17.2**	**44.6**	**401.1**	**0.1**	**0.4**	**0.0**	**3.1**	**0.3**	**215.2**	**32.3**	**226.5**	**0.7**	**3.8**	**22.0**	**0.6**	**0.016**
	II завтрак																		
	Сок	100	0.2	0.2	25.0	85.8	0.00	3.60	0.00	0.00	0.00	12.60	0.00	0.00	2.50	0.00	0.00	0.00	0.000
	Обед																		
	Овощи натуральные (помидоры)	30	1.3	3.0	12.1	93.9	0.02	9.50	0.00	2.30	0.04	35.15	0.00	0.00	0.90	0.00	0.00	0.00	0.000
	Борщ из свежей капусты со сметаной 150\5	155	1.5	3.0	23.0	75.3	0.00	11.10	0.02	0.00	0.00	32.90	39.00	79.00	0.40	42.00	12.00	0.00	0.000
	Жаркое с мясом говядины	150	7.2	10.3	31.6	275.0	0.30	9.95	0.10	0.12	0.11	54.11	34.20	86.19	1.74	334.00	25.00	1.10	0.000

	Компот из свежих яблок	150	0.0	0.0	11.6	46.5	0.12	7.20	1.00	1.60	0.10	24.30	1.60	0.00	0.00	0.50	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**535.00**	**14.0**	**16.9**	**102.3**	**615.7**	**0.5**	**37.8**	**1.1**	**4.0**	**0.2**	**157.0**	**85.3**	**165.2**	**4.2**	**378.6**	**37.0**	**1.1**	**0.0**
	Полдник усиленный																		
	Рагу из овощей	100	5.0	3.2	30.0	181.0	0.10	0.70	1.00	0.00	0.04	101.00	1.70	0.00	0.30	0.00	11.60	0.00	0.000
	Печенье сахарное	30	8.40	7.50	21.60	185.30	0.00	0.10	0.50	0.00	0.06	55.20	0.60	42.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.008
	Чай с сахаром	150	1.0	0.1	30.2	123.6	0.00	1.10	1.00	1.60	0.02	15.70	1.60	0.00	0.33	0.50	0.00	0.00	0.000
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**270**	**14.5**	**10.9**	**85.1**	**508.9**	**0.1**	**1.9**	**2.5**	**1.6**	**0.12**	**175.4**	**3.9**	**42.0**	**1.6**	**0.5**	**11.6**	**0.0**	**0.008**
	Итого за день	**1295**	**38.9**	**45.2**	**257.0**	**1611.5**	**0.7**	**43.7**	**3.6**	**8.7**	**0.69**	**560.1**	**121.5**	**433.6**	**9.1**	**382.9**	**70.6**	**1.7**	**0.024**
	4 день четверг																		
	Завтрак																		
	Омлет натуральный 130/10	140	7.6	12.6	21.5	156.60	0.00	0.30	0.03	3.00	0.30	130.00	27.00	205.95	0.40	0.00	22.00	0.63	0.003
	Батон с маслом сливочным 30\5	35	2.3	4.5	15.1	103.0	0.11	0.00	0.00	0.10	0.00	65.70	3.90	20.50	0.30	3.80	0.00	0.00	0.000
	Напиток кофейный на молоке	180	0.3	0.1	8.00	38.50	0.00	0.12	0.00	0.00	0.02	19.45	1.35	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**355**	**10.2**	**17.2**	**44.6**	**401.1**	**0.1**	**0.4**	**0.0**	**3.1**	**0.3**	**215.2**	**32.3**	**226.5**	**0.7**	**3.8**	**22.0**	**0.6**	**0.0**
	II завтрак																		
	Фрукт свежий	100	0.4	0.4	9.8	47.00	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	16.00	8.00	11.00	2.2	278.00	0.00	0.00	0.00
	Обед																		
	Овощи натуральные (огурцы)	30	0.6	4	5.96	62	0.03	11.00	2.00	3.00	0.00	23.10	21.00	42.00	0.30	18.00	12.00	0.00	0.000
	Суп-пюре из овощей	150	5.0	7.1	16.4	109.7	0.00	4.00	0.50	0.00	0.00	28.70	1.80	46.00	0.00	23.10	1.70	0.00	0.000
	Тефтели рыбные в соусе 50\20	70	8.0	6.3	13.2	137.4	0.00	0.60	0.50	0.00	0.03	31.50	26.00	20.00	0.90	15.05	4.08	0.00	0.000
	Рис рассыпчатый	110	3.8	4.0	20.0	129.2	0.30	2.00	0.00	0.00	0.03	31.51	24.90	72.69	0.60	13.00	3.70	1.10	0.000
	Компот из сухофруктов	150	0.5	0.1	22.0	90.9	0.12	3.00	0.00	0.00	0.00	20.52	4.14	23.20	0.50	15.03	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	0.90	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**560**	**21.9**	**22.1**	**101.5**	**654.2**	**0.6**	**20.6**	**3.0**	**3.0**	**0.1**	**145.8**	**88.3**	**203.9**	**3.2**	**86.3**	**21.5**	**1.1**	**0.000**
	Полдник усиленный																		
	Котлета картофельная	100	6.0	5.9	20.0	218.3	0.10	7.00	0.20	0.00	0.10	98.00	9.00	0.00	0.80	0.00	21.00	0.00	0.000
	Ватрушка с творогом	50	4.80	5.60	45.20	167.10	0.10	6.00	1.00	1.60	0.01	32.00	0.47	56.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.000
	Чай с сахаром	150	0.3	0.1	8.0	33.0	0.12	0.96	0.00	0.00	0.06	193.70	21.30	136.70	0.20	120.00	17.10	0.00	0.000
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**310**	**11.2**	**11.7**	**76.5**	**437.4**	**0.3**	**14.0**	**1.2**	**1.6**	**0.17**	**327.2**	**30.8**	**192.7**	**2.0**	**120.0**	**38.1**	**0.0**	**0.000**
	Итого за день	**1325**	**43.6**	**51.4**	**232.4**	**1539.7**	**1.0**	**45.0**	**4.2**	**7.7**	**0.55**	**704.2**	**159.4**	**634.0**	**8.1**	**488.1**	**81.6**	**1.7**	**0.003**

	5 день пятница																		
	Завтрак																		
	Сыр порциями	10	3.0	4.0	0.0	53	0.00	0.10	0.10	2.60	0.01	120.00	0.40	110.00	0.1	13.20	28.00	1.10	0.013
	Каша молочная "Дружба" рис\пшено с маслом сливочным	130	5.0	6.7	30.0	245	0.00	0.42	0.00	0.00	0.01	139.00	36.00	52.00	0.52	24.84	1.96	0.21	0.002
	Батон	30	2.3	4.5	15.1	103.0	0.11	0.00	0.00	0.10	0.00	65.70	3.90	26.00	0.30	3.00	0.00	0.00	0.000
	Чай с лимоном	180	0.1	0.0	9.00	36.00	0.00	0.43	0.00	0.00	0.01	61.63	5.85	32.40	0.00	0.00	4.14	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	350	10.4	15.2	54.1	437.0	0.1	1.0	0.1	2.7	0.03	386.3	46.2	220.4	0.9	41.0	34.1	1.3	0.015
	II завтрак																		
	Яблоки свежие	100	0.4	0.4	9.8	47.00	0.00	10.00	0.00	0.00	0.00	16.00	8.00	11.00	2.2	278.00	0.00	0.00	0.000
	Обед																		
	Суп картофельный с рыбой	150	6.0	4.1	17.0	119.0	0.18	19.19	0.02	0.00	0.01	53.00	31.00	49.00	1.03	35.00	13.20	0.20	0.000
	Запеканка картофельная с мясом свинины / огурец свежий 150/20	150/20	9.1	21.8	52.0	271.0	0.10	7.90	0.90	3.80	0.01	23.40	15.62	52.00	1.10	19.00	2.30	0.10	0.002
	Компот из свежих яблок	150	0.8	0.1	17.5	74.1	0.00	5.00	0.00	0.00	0.00	6.84	1.44	0.00	0.00	0.72	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	520	19.9	26.6	110.5	589.1	0.4	32.1	0.9	3.8	0.0	93.7	58.6	101.0	3.3	56.8	15.5	0.3	0.002
	Полдник усиленный																		
	Макароны с сыром	100	9.0	7.1	4.5	178.2	0.20	0.90	3.60	0.00	0.00	21.00	9.30	23.00	0.50	30.20	3.40	0.00	0.000
	Печенье сахарное	30	3.0	4.2	41.2	216.7	0.11	0.01	0.00	1.30	0.00	7.99	6.37	3.50	0.30	65.00	0.65	0.00	0.000
	Чай с молоком	150	5.2	4.5	7.2	95.4	0.10	1.30	0.00	0.00	0.01	180.00	25.20	270.00	0.20	0.00	16.20	0.00	0.000
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	290	17.3	15.9	56.2	509.3	0.4	2.2	3.6	1.3	0.01	212.5	40.9	296.5	1.4	95.2	20.3	0.0	0.000
	Итого за день	1260	48.0	58.1	230.6	1582.4	0.9	45.3	4.6	7.8	0.06	708.6	153.6	628.9	7.9	471.1	69.9	1.6	0.017
	6 день понедельник																		
	Завтрак																		
	Сыр порциями	10	3.0	4.0	0.0	53	0.00	0.10	0.10	0.90	0.03	132.00	0.40	110.00	0.1	98.00	8.00	0.10	0.001
	Каша геркулесовая молочная	130	5.3	7.6	31.1	199.50	0.18	0.36	0.00	0.00	0.02	136.00	23.90	61.00	0.00	0.00	8.00	0.00	0.000
	Батон	30	2.3	4.5	15.1	103.00	0.11	0.00	0.00	0.10	0.00	65.70	3.90	20.50	0.3	3.80	0.00	0.00	0.000
	Чай с сахаром	180	0.3	0.1	8.00	33.00	0.00	0.50	0.00	0.00	0.10	105.00	15.28	82.00	0.10	7.00	8.40	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	350	10.9	16.2	54.2	388.5	0.3	1.0	0.1	1.0	0.2	438.7	43.5	273.5	0.5	108.8	24.4	0.1	0.001
	II завтрак																		
	Йогурт питьевой	100	0.2	0.2	20.9	85.8	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
	Обед																		
	Огурец консервированный	10	0.5	2.089	11.3	78	0.02	4.90	1.20	1.60	0.01	13.97	0.00	0.00	0.66	0.00	0.00	0.00	0.000
	Суп-пюре гороховый с гренками 150\5	155	4.0	3.1	8.1	74.1	0.13	5.46	0.90	1.30	0.10	39.80	41.30	256.00	0.30	98.00	42.00	1.70	0.000
	Плов с мясом свинины	150	16.2	19.2	46.5	358.7	0.21	0.41	0.00	0.11	0.10	53.09	21.72	77.50	2.46	176.00	7.47	0.00	0.015

	Напиток из шиповника	150	0.0	0.0	11.6	46.5	0.12	7.20	1.00	1.60	0.12	24.30	1.60	0.00	0.00	0.50	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**545**	**24.7**	**25.0**	**101.5**	**682.3**	**0.6**	**18.0**	**3.1**	**4.6**	**0.3**	**141.7**	**75.1**	**333.5**	**4.6**	**276.6**	**49.5**	**1.7**	**0.0**
	Полдник усиленный																		
	Макароны с сыром	100	0.6	4.0	6.0	62.0	0.11	29.00	0.01	0.00	0.01	136.00	41.00	29.00	2.10	89.00	5.00	0.00	0.000
	Чай с молоком	150	1.6	1.3	8.9	52.5	0.00	1.10	1.00	2.30	0.01	15.70	1.60	0.00	0.33	0.50	0.00	0.00	0.000
	Коржик	50	8.40	7.50	21.60	185.30	0.00	0.10	0.50	0.00	0.06	55.20	0.60	42.00	0.60	0.00	0.00	0.00	0.008
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**310**	**2.3**	**5.4**	**18.2**	**133.5**	**0.1**	**30.1**	**1.0**	**2.3**	**0.02**	**155.2**	**42.6**	**29.0**	**2.8**	**89.5**	**5.0**	**0.0**	**0.000**
	Итого за день	**1305**	**13.0**	**18.3**	**57.9**	**452.2**	**0.2**	**60.3**	**2.5**	**4.6**	**0.1**	**365.6**	**85.8**	**100.0**	**6.3**	**179.0**	**10.0**	**0.0**	**0.016**
	7 день вторник																		
	Завтрак																		
	Батон с маслом сливочным 30/5	35	2.3	4.5	15.1	103.0	0.11	0.00	0.00	0.10	0.00	65.70	3.90	20.50	0.30	3.80	0.00	0.00	0.000
	Омлет натуральный с маслом 130/10	140	5.5	8.6	36.8	268.70	0.06	1.54	0.00	1.20	0.06	143.40	23.00	15.20	0.44	0.00	4.80	0.00	0.000
	Напиток кофейный на молоке	180	0.3	0.1	8.00	33.00	0.00	0.43	0.00	0.00	0.02	61.63	5.85	32.40	0.00	0.00	4.14	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**355**	**8.1**	**13.2**	**59.9**	**404.7**	**0.2**	**2.0**	**0.0**	**1.3**	**0.1**	**270.7**	**32.8**	**68.1**	**0.7**	**3.8**	**8.9**	**0.0**	**0.000**
	II завтрак																		
	Яблоко свежее	100	1.5	0.5	21.0	96	0.00	10.00	0.00	0.00	0.10	42.00	41.58	272.51	2.53	195.8	25.09	0.1	0.012
	Обед																		
	Салат из отварной свеклы	30	1.0	5.0	3.5	51.3	0.00	11.00	2.00	3.00	0.00	46.00	8.40	36.00	0.50	37.80	1.60	0.40	0.000
	Суп-лапша	150	3.2	7.0	21.3	98.4	0.00	0.44	0.02	1.60	0.03	41.51	18.50	6.60	0.05	25.60	0.00	0.00	0.000
	Тефтели рыбные в соусе 50/20	70	15.0	9.0	32.0	164.0	0.10	9.00	0.50	0.50	0.10	44.60	15.62	15.02	0.80	19.00	4.68	0.10	0.002
	Пюре картофельное	110	2.9	4.5	16.3	136.0	0.10	7.70	0.00	1.60	0.10	53.70	24.90	72.69	0.70	65.00	3.70	0.10	0.000
	Кисель концентрат	150	0.2	0.2	17.4	72.1	0.00	9.00	0.00	0.00	0.00	11.70	3.96	3.60	0.72	10.08	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**560**	**23.4**	**21.8**	**98.2**	**646.8**	**0.2**	**29.4**	**2.5**	**5.1**	**0.1**	**154.3**	**57.0**	**61.2**	**3.3**	**94.6**	**6.3**	**0.5**	**0.002**
	Полдник усиленный																		
	Капуста тушеная с яйцом	100	10.0	9.7	13.0	231.8	0.23	1.24	1.60	1.60	0.10	230.00	37.00	240.00	0.90	184.00	45.00	1.00	0.00
	Печенье сахарное	30	3.4	9.9	33.1	217	0.10	0.10	0.00	0.00	0.08	13.50	0.00	0.00	0.30	6.30	1.66	0.00	0.00
	Чай с лимоном	150	0.1	0.0	9.0	36.0	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
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.00

	Итого за приём пищи	***290***	***13.6***	***19.7***	***58.4***	***503.3***	***0.3***	***1.3***	***1.6***	***1.6***	***0.2***	***247.0***	***37.0***	***240.0***	***1.6***	***190.3***	***46.7***	***1.0***	***0.002***
	Итого за день	***1305***	***46.7***	***55.2***	***237.5***	***1650.8***	***0.7***	***42.8***	***4.1***	***8.0***	***0.5***	***714.0***	***168.3***	***641.8***	***8.1***	***484.5***	***87.0***	***1.6***	***0.016***
	8 день среда																		
	Завтрак																		
	Батон с маслом сливочным 30/5	**35**	**2.3**	**4.5**	**15.1**	**103.0**	0.11	0.00	0.00	0.10	0.05	45.00	3.90	20.50	*0.30*	*3.80*	*0.00*	*0.20*	*0.000*
	Каша манная молочная	**130**	**5.0**	**7.7**	**37.2**	**230.00**	0.22	0.48	0.50	3.20	0.10	96.00	42.10	15.20	*0.00*	*0.00*	*4.80*	*0.00*	*0.000*
	Чай с сахаром	**180**	**0.3**	**0.1**	**8.00**	**38.50**	0.00	0.12	0.00	0.00	0.02	19.45	1.35	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**345**	***7.6***	***12.3***	***60.3***	***371.5***	***0.3***	***0.6***	***0.5***	***3.3***	***0.2***	***160.5***	***47.4***	***35.7***	***0.3***	***3.8***	***4.8***	***0.2***	***0.000***
	II завтрак																		
	Сок	**100**	**0.2**	**0.2**	**20.9**	**85.8**	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
	Обед																		
	Овощи натуральные (огурец)	**30**	**1.0**	**3.7**	**5.9**	**51.3**	0.00	12.00	0.50	0.00	0.00	16.00	8.40	16.70	0.30	37.80	1.60	0.00	0.000
	Борщ со сметаной 150\5	**155**	**3.3**	**6.0**	**12.0**	**103.6**	0.00	6.78	0.03	1.30	0.05	51.60	2.30	47.00	0.23	27.20	5.30	0.00	0.000
	Каша Царская с курой	**150**	**10.1**	**8.7**	**4.5**	**133.0**	0.12	12.11	2.00	1.60	0.01	24.57	1.40	68.00	3.00	25.80	6.80	1.32	0.000
	Компот из кураги	**150**	**0.5**	**0.1**	**22.0**	**90.9**	0.12	0.80	0.00	0.00	0.00	20.52	4.14	23.20	0.50	15.03	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	**50**	**4.0**	**0.6**	**24.0**	**125.0**	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	***535***	***18.9***	***19.1***	***68.4***	***503.8***	***0.3***	***31.7***	***2.5***	***2.9***	***0.1***	***123.2***	***26.7***	***154.9***	***5.2***	***107.9***	***13.7***	***1.3***	***0.0***
	Полдник усиленный																		
	Макароны запечёные с яйцом	**100**	**11.1**	**10.7**	**36.9**	**289.0**	0.17	11.00	1.00	1.60	0.10	26.30	33.00	142.00	0.90	77.10	46.00	0.00	0.000
	Молоко кипячёное	**150**	**5.2**	**5.9**	**8.6**	**128.0**	0.12	0.96	0.00	0.00	0.01	193.70	21.30	136.70	0.20	277.30	17.10	0.00	0.000
	Хлеб ржаной	**10**	**0.1**	**0.1**	**3.3**	**19.0**	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	***260***	***5.3***	***6.0***	***11.9***	***147.0***	***0.1***	***1.0***	***0.0***	***0.0***	***0.0***	***197.2***	***21.3***	***136.7***	***0.6***	***277.3***	***17.1***	***0.0***	***0.0***
	Итого за день	***1240***	***31.9***	***37.6***	***161.5***	***1108.1***	***0.8***	***33.3***	***3.0***	***6.2***	***0.24***	***480.8***	***95.4***	***327.3***	***6.1***	***389.0***	***35.6***	***1.5***	***0.000***
	9 день четверг																		
	Завтрак																		
	Каша рисовая молочная со слив маслом	**130**	**5.5**	**6.5**	**19.0**	**181.00**	0.00	0.50	0.10	6.50	0.10	144.00	40.00	321.00	0.30	195.00	18.00	0.20	0.000
	Батон с маслом сливочным	**30/5**	**2.3**	**4.5**	**15.1**	**103.0**	0.11	0.00	0.00	0.10	0.00	65.70	3.90	20.50	*0.30*	*3.80*	*0.00*	*0.00*	*0.000*
	Напиток какао на молоке	**180**	**1.2**	**1.4**	**20.20**	**99.00**	0.00	0.12	0.00	0.00	0.02	19.45	1.35	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	**345**	***9.0***	***12.4***	***54.3***	***383.0***	***0.1***	***0.6***	***0.1***	***6.6***	***0.1***	***229.2***	***45.3***	***341.5***	***0.6***	***198.8***	***18.0***	***0.2***	***0.0***
	II завтрак																		
	Сок	**100**	**0.2**	**0.2**	**20.9**	85.8	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
	Обед																		
	Салат из отварного картофеля с горошком с растительным маслом	**30**	**1.4**	**5.9**	**8.4**	**93.9**	0.02	9.50	1.00	1.00	0.04	39.00	0.00	0.00	1.33	0.00	0.00	0.00	0.000
	Рассольник со сметаной 150\5	**155**	**2.8**	**5.7**	**10.8**	**105.7**	0.13	5.32	0.00	0.00	0.00	31.92	2.10	65.97	0.00	198.00	2.40	0.00	0.000

	Бигус с курицей	150	17.9	13.5	48.3	300.0	0.20	16.70	0.50	2.10	0.20	98.30	40.52	87.71	1.50	84.00	8.38	0.20	0.002
	Компот из сухофруктов	150	0.3	0.0	10.6	44.9	0.00	9.00	0.00	0.00	0.00	15.90	2.00	1.30	0.36	0.00	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	535	26.4	25.7	102.1	669.5	0.4	40.5	1.5	3.1	0.2	195.6	55.1	155.0	4.4	284.1	10.8	0.2	0.002
	Полдник усиленный																		
	Булочка с маком	50	10.0	11.5	2.5	162.00	0.10	2.00	1.30	3.50	0.03	101.50	37.00	241.00	1.10	74.00	66.00	0.80	0.012
	Котлета картофельная	100	3.4	4.3	29.8	151.00	0.04	1.00	0.01	0.00	0.03	0.30	0.00	0.00	0.04	6.30	1.66	0.00	0.000
	Чай с сахаром	150	0.3	0.1	8.0	33.00	0.00	2.90	0.00	0.00	0.01	216.60	23.40	153.00	0.24	0.00	0.00	0.00	0.000
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	310	13.8	16.0	43.6	365.00	0.1	5.9	1.3	3.5	0.07	321.9	60.4	394.0	1.8	80.3	67.7	0.8	0.012
	Итого за день	1290	49.4	54.3	220.9	1503.30	0.7	47.0	2.9	13.2	0.43	746.7	160.8	890.5	6.8	563.2	96.4	1.2	0.014
	10 день пятница																		
	Завтрак																		
	Сыр порциями	10	4.2	4.5	0.3	58.5	0.00	0.00	0.15	1.30	0.05	19.90	0.40	29.00	0.4	0.00	8.00	0.10	0.003
	Каша пшенная молочная с маслом	130	3.8	6.5	30.0	172.00	0.20	0.54	0.00	1.00	0.05	140.00	3.64	19.00	0.00	21.33	20.00	0.18	0.000
	Батон	30	2.3	4.5	15.1	103.0	0.11	0.00	0.00	0.10	0.00	65.70	3.90	20.50	0.30	3.80	0.00	0.00	0.000
	Чай с лимоном	180	0.1	0.0	9.00	36.00	0.00	0.12	0.00	0.00	0.02	19.45	1.35	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	350	10.4	15.5	54.4	369.5	0.3	0.7	0.2	2.4	0.1	245.1	9.3	68.5	0.7	25.1	28.0	0.3	0.003
	II завтрак																		
	Сок	100	1.5	0.5	21.0	96	0.00	10.00	0.00	0.00	0.10	42.00	41.58	272.51	2.53	195.8	25.09	0.1	0.013
	Обед																		
	Горошек консервированный	10	0.7	3.7	5.5	56.1	0.00	3.10	2.00	2.00	0.00	32.00	9.30	17.70	0.00	23.00	1.50	0.30	0.000
	Суп-лапша	150	6.8	7.0	22.0	142.3	0.10	7.20	0.02	1.00	0.03	49.00	3.37	49.00	0.17	65.00	8.80	0.00	0.000
	Котлета "Пожарская"	50	7.3	8.9	8.0	121.2	0.00	1.20	1.00	1.00	0.07	18.49	1.80	32.00	1.50	27.50	5.59	0.00	0.000
	Картофельное пюре	110	2.7	5.3	25.0	151.3	0.17	8.85	0.00	0.12	0.06	31.51	24.90	42.00	0.94	65.00	3.70	0.10	0.000
	Напиток из шиповника	150	0.8	0.1	17.5	74.1	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	6.84	1.44	0.00	0.00	0.72	0.00	0.00	0.000
	Хлеб пшеничный/Хлеб ржаной 30\20	50	4.0	0.6	24.0	125.0	0.10	0.00	0.00	0.00	0.00	10.50	10.50	0.00	1.20	2.10	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	520	22.3	25.6	102.0	670.0	0.4	20.4	3.0	4.1	0.2	148.3	51.3	140.7	3.8	183.3	19.6	0.4	0.000
	Полдник усиленный																		
	Пудинг творожный со сгущенным молоком 100/10	110	9.2	11.5	18.0	264.0	0.11	8.36	1.00	1.60	0.08	45.00	41.20	67.00	0.21	68.40	9.72	0.90	0.000
	Чай с сахаром	150	0.3	0.1	8.0	33	0.00	2.90	0.00	0.00	0.10	216.60	23.40	101.00	0.24	0.00	0.00	0.00	0.000
	Хлеб ржаной	10	0.1	0.1	3.3	19.0	0.00	0.00	0.00	0.00	0.00	3.50	0.00	0.00	0.40	0.00	0.00	0.00	0.000
	Итого за приём пищи	270	9.6	11.7	29.3	316.0	0.1	11.3	1.0	1.6	0.18	265.1	64.6	168.0	0.9	68.4	9.7	0.9	0.000
	Итого за день	1240	43.8	53.3	206.7	1451.5	0.8	42.3	4.2	8.1	0.56	700.5	166.8	649.7	7.9	472.7	82.4	1.7	0.016
	ВСЕГО ЗА 10 ДНЕЙ:		328.2	372.0	1664.1	11386.9	5.5	373.4	31.7	67.3	3.6	5171.3	1155.5	4313.4	61.3	3463.4	522.7	11.6	0.1

	90 % от суточной нормы:																								
	Норма								***48.6***	***57***	***234.90***	***1620.0***	0.81	45.00	4.50	8.00	0.05	720.00	160.00	640.00	8.00	480	80.00	1.7	0.017
	Фактически на 1 ребёнка в день:								***32.82***	***37.20***	***166.41***	***1138.69***	***0.55***	***37.34***	***3.17***	***6.73***	***0.36***	***517.13***	***115.55***	***431.34***	***6.13***	***346.34***	***52.27***	***1.16***	***0.010***

	130	**2.7**	**5.3**	**17.2**	**127.3**	0.17

8.85	0.00	0.12	0.13	31.51	24.90	72.69	0.94	65.00	3.70	0.10	0.00

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 429266879323966142570402220816736768122427021667

Владелец Берсенева Алёна Анатольевна

Действителен С 27.05.2024 по 27.05.2025