



	Наименование продукта	техническая карта	выход	выход	белки	белки	жиры	жиры	углеводы	углеводы	эн.ценн ость	эн.ценн ость
	<b>День 2-ой:</b>											
	<b>Завтрак</b>		1,5-3лет	3-7лет	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
1	Каша молочная пшеничная вязкая.	№ 18	150	180	4,27	5,67	4,86	5,28	24,48	32,55	159,0	200,0
2	Батон сдобный с маслом.слив.	№ 99	5/25	8/30	2,06	2,46	3,8	6,07	12,26	18,27	91,7	123,3
3	Кофейный напиток с молоком	№ 58	150	180	2,34	2,85	2,0	2,41	11,9	14,36	75,0	91,0
	<b>Итого</b>				<b>8,32</b>	<b>11,6</b>	<b>12,14</b>	<b>13,76</b>	<b>47,37</b>	<b>65,18</b>	<b>325,7</b>	<b>414,3</b>
	<b>Обед</b>											
1	Суп картофельный с клецками на курином бульоне	№ 38	180	200	20,09	30,38	2,35	4,47	14,05	22,5	82,26	138,05
2	Азу с мясом курицы	№ 370	150	180	7,74	17,53	10,38	13,3	19,6	29,46	239,0	342,0
3	Хлеб пшеничный	№ 114	50	60	2,13	3,19	0,33	0,49	13,92	20,43	68,7	103,0
4	Хлеб ржаной	№ 115	30	30	1,98	1,98	0,36	0,36	10,2	10,2	54,3	54,3
5	Компот из сухофруктов	№ 67	150	180	0,32	0,39	0,05	0,06	15,79	18,95	64,89	77,9
	<b>Итого</b>				<b>33,9</b>	<b>55,5</b>	<b>23,2</b>	<b>29,0</b>	<b>78,0</b>	<b>130,0</b>	<b>548</b>	<b>928,0</b>
	<b>Полдник</b>											
1	Пирожок с капустой	№ 43	60	80	7,68	10,24	4,79	6,38	21,15	28,2	167,4	223,2
2	Чай с сахаром .	№ 13	150	180	0	0	0	0	6,99	9,99	28,0	40,0
	<b>Итого</b>				<b>7,72</b>	<b>10,3</b>	<b>4,8</b>	<b>6,4</b>	<b>28,14</b>	<b>38,2</b>	<b>195,4</b>	<b>263,2</b>
	<b>Всего</b>				<b>48,0</b>	<b>77,4</b>	<b>40,14</b>	<b>52,52</b>	<b>151,5</b>	<b>233,4</b>	<b>1068</b>	<b>1445,8</b>



	наименование продукта	техническая карта	выход		белки		жиры		углеводы		эн.ценность	
			1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
	<b>День 4-й :</b>											
	<b>Завтрак</b>											
1	Каша молочная манная вязкая.	№ 23	150	180	3,40	4,52	3,96	4,07	22,94	30,57	141,0	177,0
2	Батон сдобный с маслом слив.	№ 99	5/25	8/30	2,06	2,46	3,8	6,07	12,26	18,27	91,7	123,3
3	Чай с сахаром.	№ 13	150	180	0	0	0	0	6,99	9,99	28,0	40,0
	<b>Итого</b>				<b>5,15</b>	<b>7,64</b>	<b>9,25</b>	<b>13,52</b>	<b>40,16</b>	<b>58,83</b>	<b>261</b>	<b>340</b>
	<b>Обед</b>											
1	Свекольник с мясом со сметаной	№ 70	180/5	200/6	3,98	4,64	5,11	6,18	9,26	15,44	116	145
2	Рыба (минтай) тушеная в томате с овощами	№ 83	90	110	8,5	10,4	4,62	5,6	3,36	4,7	91,3	111,9
3	Картофель отварной запеченный с маслом	№ 58	100	150	2,04	3,06	3,2	4,8	13,62	20,43	104	164
4	Хлеб пшеничный.	№ 114	50	60	2,13	3,19	0,33	0,49	13,92	20,43	68,7	103,0
4	Хлеб ржаной	№ 115	30	30	1,98	1,98	0,36	0,36	10,2	10,2	54,3	54,3
6	Компот из сухофруктов.	№ 67	150	180	0,32	0,39	0,05	0,06	15,79	18,95	64,89	77,9
	<b>Итого</b>				<b>20,1</b>	<b>24,5</b>	<b>13,26</b>	<b>17,5</b>	<b>66,1</b>	<b>108,12</b>	<b>499,19</b>	<b>655,8</b>
	<b>Полдник</b>											
1	Печенье	№ 609	40	40	2,8	2,8	3,3	3,3	77,3	77,3	350	350
2	Кисель плодово-ягодный (концентрат)	№ 71	150	180	1,02	1,36	-	-	21,76	29,02	87,14	116,19
	<b>Итого</b>				<b>3,82</b>	<b>4,16</b>	<b>3,3</b>	<b>3,3</b>	<b>100,0</b>	<b>106,3</b>	<b>437,0</b>	<b>467,0</b>
	<b>Всего</b>				<b>30,0</b>	<b>36,0</b>	<b>26,0</b>	<b>35,0</b>	<b>201,0</b>	<b>273,2</b>	<b>1187</b>	<b>1462</b>



	наименование продукта	техническая карта	выход		белки		жиры		углеводы		эн.ценность	
			1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
	<b>День 6-й:</b>											
	<b>Завтрак</b>											
1	Каша гречневая рассыпчатая с маслом	№ 24	120/2	140/4	5,73	8,59	3,9	5,7	15,96	24,97	117	172
2	Батон сдобный с маслом.слив.	№ 99	5/25	8/30	2,06	2,46	3,8	6,07	12,26	18,27	91,7	123,3
3	Чай с сахаром.	№ 13	150	180	0	0	0	0	6,99	9,99	28,0	40,0
	<b>Итого</b>				<b>7,48</b>	<b>11,7</b>	<b>9,35</b>	<b>15,5</b>	<b>43,0</b>	<b>67,0</b>	<b>282</b>	<b>406</b>
	<b>Обед</b>											
1	Щи со свежей капустой на м/к бульоне	№ 36	200	250	3,29	5,5	3,1	5,3	9,8	16,32	81,0	135,0
2	Макаронник с мясом и соусом томатно-овощным	№ 299 № 349	150/20	180/30	14,07	16,53	15,0	18,2	39,0	45,6	337,3	401,0
3	Хлеб пшеничный.	№ 114	50	60	2,13	3,19	0,33	0,49	13,92	20,43	68,7	103,0
4	Хлеб ржаной	№ 115	30	30	1,98	1,98	0,36	0,36	10,2	10,2	54,3	54,3
5	Компот из сухофруктов.	№ 67	150	180	0,32	0,39	0,05	0,06	15,79	18,95	64,89	77,9
	<b>Итого</b>				<b>18,0</b>	<b>24,9</b>	<b>17,0</b>	<b>22,0</b>	<b>83,7</b>	<b>130,4</b>	<b>645</b>	<b>824,0</b>
	<b>Полдник</b>											
1	Булочка молочная.	№ 585	60	60	4,64	7,42	0,99	1,58	26,11	41,7	132,0	211,0
2	Кисель плодово-ягодный (концентрат)	№ 71	150	180	1,02	1,36	-	-	21,76	29,02	87,14	116,19
	<b>Итого</b>				<b>4,7</b>	<b>7,5</b>	<b>6,27</b>	<b>10,0</b>	<b>34,0</b>	<b>53,0</b>	<b>207</b>	<b>326,0</b>
	<b>Всего</b>				<b>30,0</b>	<b>44,0</b>	<b>32,7</b>	<b>47,5</b>	<b>160,7</b>	<b>250,4</b>	<b>1139</b>	<b>1556</b>

	наименование продукта День 7-й:	техничес кая карта	выход		белки		жиры		углеводы		эн.ценность	
			1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
	<b>Завтрак</b>											
1	Каша молочная «Дружба» вязкая.	№ 22	150	180	4,09	5,5	6,85	8,77	23,39	29,27	139,0	193,0
2	Батон сдобный с маслом сл	№ 99	5/25	8/30	2,06	2,46	3,8	6,07	12,26	18,27	91,7	123,3
3	Чай с сахаром.	№ 13	150	180	0	0	0	0	6,99	9,99	28,0	40,0
	<b>Итого</b>				<b>8,1</b>	<b>11,4</b>	<b>14,1</b>	<b>20,6</b>	<b>44,2</b>	<b>62,0</b>	<b>259,0</b>	<b>376,0</b>
	<b>Обед</b>											
1	Рассольник «Ленинградский» на к/.б-не	№ 35	180	200	1,2	2,0	3,0	5,0	10,15	16,92	116	145
2	Жаркое по домашнему	№ 26	150	180	18,35	22,0	4,7	6,8	16,32	20,0	180	259
3	Хлеб пшеничный.	№ 114	50	60	2,13	3,19	0,33	0,49	13,92	20,43	68,7	103,0
4	Хлеб ржаной	№ 115	30	30	1,98	1,98	0,36	0,36	10,2	10,2	54,3	54,3
5	Компот из сухофруктов.	№ 67	150	180	0,32	0,39	0,05	0,06	15,79	18,95	64,89	77,9
	<b>Итого</b>				<b>24,0</b>	<b>31,0</b>	<b>11,0</b>	<b>16,5</b>	<b>64,5</b>	<b>110,2</b>	<b>524</b>	<b>700</b>
	<b>Полдник</b>											
1	Яблоко	№23	95	100	0,4	0,4	0,4	0,4	9,8	9,8	44	44
2	Омлет натуральный	№ 74	90	100	6,1	6,2	7,2	9,8	1,75	4	100,6	129,6
3	Чай с сахаром.	№ 13	150	180	0	0	0	0	6,99	9,99	28,0	40,0
	<b>Итого</b>				<b>5,14</b>	<b>5,16</b>	<b>9,4</b>	<b>9,5</b>	<b>28,2</b>	<b>31,2</b>	<b>217</b>	<b>229</b>
	<b>Всего</b>				<b>38,0</b>	<b>48,0</b>	<b>35,0</b>	<b>47,0</b>	<b>137,0</b>	<b>203,0</b>	<b>1111,0</b>	<b>1330</b>

	наименование продукта <b>День 8-й :</b>	техничес кая карта	выход		белки		жиры		углеводы		эн.ценность	
			1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
	<b>Завтрак</b>											
1	Каша молочная овсяная (Геркулес) вязкая.	№ 19	150	180	4,6	6,2	4,8	5,2	21,0	28,0	146,0	184,0
2	Хлеб пшеничный с сыром	№ 3	30/10	30/15	4,13	5,36	2,6	3,2	14,7	19,6	99,6	130,4
3	Чай с сахаром.	№ 13	150	180	0	0	0	0	6,99	9,99	28,0	40,0
	<b>Итого</b>				<b>8,8</b>	<b>11,6</b>	<b>7,41</b>	<b>8,42</b>	<b>42,8</b>	<b>57,8</b>	<b>274,6</b>	<b>355,4</b>
	<b>Обед</b>											
1	Свекла тушёная	№27	60	70	1	1,1	3,2	3,9	6,9	7,8	60	71
2	Суп с рыбными консервами	№ 29	180	200	5,16	8,6	5,4	8,4	8,6	14,3	100	167
2	Тефтели из говядины с макаронными отварными с маслом и соусом томатно-овощным	№ 64 № 55 № 349	60 100/20	70 120/30	8,93 3,67	11,92 5,5	6,7 4,01	8,8 6,5	8,9 20,6	11,6 31,4	132 135	173 203
4	Хлеб пшеничный.	№ 114	50	60	2,13	3,19	0,33	0,49	13,92	20,43	68,7	103,0
4	Хлеб ржаной-сад.	№ 115	30	30	1,98	1,98	0,36	0,36	10,2	10,2	54,3	54,3
6	Компот из сухофруктов.	№ 67	150	180	0,32	0,39	0,05	0,06	15,79	18,95	64,89	77,9
	<b>Итого</b>				<b>30,8</b>	<b>46,0</b>	<b>22,2</b>	<b>31,7</b>	<b>84,8</b>	<b>140,6</b>	<b>635</b>	<b>884,3</b>
	<b>Полдник</b>											
1	Булочка «Гребешок»	№ 72	60	70	4,3	5,8	4,0	4,6	25,8	32,9	178	194
3	Молоко кипячёное	№ 63	150	180	4,04	5,06	3,01	5,02	7,99	9,99	79,9	95,94
	<b>Итого</b>				<b>4,8</b>	<b>6,0</b>	<b>4,0</b>	<b>4,8</b>	<b>34,6</b>	<b>53,6</b>	<b>259</b>	<b>302</b>
	<b>Всего</b>				<b>42,0</b>	<b>62,0</b>	<b>36,2</b>	<b>51</b>	<b>156,0</b>	<b>252,0</b>	<b>1168,5</b>	<b>1541,7</b>



	наименование продукта	техническая карта	выход		белки		жиры		углеводы		эн.ценность	
			1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
	<b>День 9-й:</b>											
	<b>Завтрак</b>											
1	Суп молочный с макаронными издел.	№ 54	150	180	4,3	7,2	3,5	6,5	14,12	23,54	118,4	171
2	Батон сдобный с маслом слив.	№ 99	5/25	8/30	2,06	2,46	3,8	6,07	12,26	18,27	91,7	123,3
3	Чай с сахаром.	№ 13	150	180	0	0	0	0	6,99	9,99	28,0	40,0
	<b>Итого</b>				<b>6,0</b>	<b>10,3</b>	<b>8,8</b>	<b>16,0</b>	<b>38,3</b>	<b>52,0</b>	<b>238,14</b>	<b>334,3</b>
	<b>Обед</b>											
1	Борщ со капустой и картофелем с мясом курицы и сметаной	№ 37	180/5	200/6	1,09	1,8	3,0	4,5	8,0	13,0	61,5	102,5
2	Котлета рыбная (минтай) с рисом отварным и соусом томатно-овощным	№ 50 № 59 № 349	70 100/20	80 120/30	7,6 3,64	10,0 9,5	2,5 5,4	3,2 6,0	7,47 36,7	8,47 38,8	109,7 210	129,09 287
3	Хлеб пшеничный.	№ 114	50	60	2,13	3,19	0,33	0,49	13,92	20,43	68,7	103,0
4	Хлеб ржаной	№ 115	30	30	1,98	1,98	0,36	0,36	10,2	10,2	54,3	54,3
5	Компот из сухофруктов.	№ 67	150	180	0,32	0,39	0,05	0,06	15,79	18,95	64,89	77,9
	<b>Итого</b>				<b>15,0</b>	<b>59,0</b>	<b>11,2</b>	<b>14,8</b>	<b>84,8</b>	<b>126,7</b>	<b>578,2</b>	<b>773,8</b>
	<b>Полдник</b>											
1	Вафля	№ 607	40	40	2,8	2,8	3,3	3,3	77,3	77,3	350	350
2	Какао на молоке	№ 61	150	180	3,15	3,7	2,7	3,2	13,0	16,0	86,0	104,0
	<b>Итого</b>				<b>6,0</b>	<b>6,5</b>	<b>6,0</b>	<b>6,5</b>	<b>90,3</b>	<b>93,3</b>	<b>439</b>	<b>457</b>
	<b>Всего</b>				<b>27,0</b>	<b>76,0</b>	<b>26,0</b>	<b>37,3</b>	<b>213,4</b>	<b>272,0</b>	<b>1254,4</b>	<b>1565,1</b>

	наименование продукта	техническая карта	выход		белки		жиры		углеводы		эн.ценность	
			1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7	1,5-3	3-7
	<b>День 10-й</b>											
	<b>Завтрак</b>											
1	Каша молочная пшеничная вязкая	№ 20	150	180	4,08	5,43	4,08	4,23	25,05	33,4	107,0	167,0
2	Батон сдобный с масло слив.	№ 99	5/25	8/30	2,06	2,46	3,8	6,07	12,26	18,27	91,7	123,3
3	Чай с сахаром и молоком.	№ 506	150	200	2,65	2,67	2,33	2,34	11,31	14,31	77,0	89,0
	<b>Итого</b>				<b>8,44</b>	<b>11,2</b>	<b>11,7</b>	<b>16,0</b>	<b>46,6</b>	<b>66,0</b>	<b>276,7</b>	<b>379,33</b>
	<b>Обед</b>											
1	Огурец соленый.	№ 61	30	30	0,24	0,24			0,48	0,48	3,9	3,9
2	Суп картофельный с рисом на к.б.	№ 32	180	200	3,29	5,5	3,1	5,3	9,8	16,32	81,0	135,0
3	Капуста тушеная с мясом (говядина)	№ 53	150	180	14,29	19,7	11,71	15,0	9,8	15,0	201,0	269,0
4	Хлеб пшеничный.	№ 114	50	60	2,13	3,19	0,33	0,49	13,92	20,43	68,7	103,0
5	Хлеб ржаной-сад.	№ 115	30	30	1,98	1,98	0,36	0,36	10,2	10,2	54,3	54,3
6	Компот из сухофруктов.	№ 67	150	180	0,32	0,39	0,05	0,06	15,79	18,95	64,89	77,9
	<b>Итого</b>				<b>20,0</b>	<b>31,2</b>	<b>15,5</b>	<b>21,4</b>	<b>54,3</b>	<b>100,0</b>	<b>493,6</b>	<b>678,2</b>
	<b>Полдник</b>											
1	Пудинг творожный с молоком сгущёным	№ 49	100/15	120/20	13,7	16,7	18,2	22,1	29,3	35,7	346,64	422
2	Чай с сахаром.	№ 13	150	180	0	0	0	0	6,99	9,99	28,0	40,0
	<b>Итого</b>				<b>6,24</b>	<b>6,26</b>	<b>9,8</b>	<b>9,8</b>	<b>11,0</b>	<b>14,0</b>	<b>374</b>	<b>462</b>
	<b>Всего</b>				<b>30,0</b>	<b>44,0</b>	<b>31,0</b>	<b>22,0</b>	<b>113,0</b>	<b>185</b>	<b>1144,3</b>	<b>15195</b>

