

Примерное 20 – ти дневное меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москвы.

(Изменение № 7 с продлением срока использования меню в последующие года)

Рацион для детей в возрасте 1,5-3 с пребыванием 8 -10 часов 11-12 и более часов

Меню для детей в возрасте 1,5-3 лет, посещающих дошкольные общеобразовательных учреждений с ужинами

№	Наименование	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, г				Минеральные вещества, мг					I, мкг	№ ТК (Вариант 1)
							B 1	C	A	E мг, ток. экв.	Ca	P	Mg	Fe	B2		
<b>День 1 (понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша пшеничная молочная	120	6,1	5,9	26,4	183,3	0,1	0,6	21,2	0,1	122,7	152,4	36,9	0,9	0,1	9,9	120201
2	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	7,5	30,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,3	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
3	Омлет с сыром запеченный	40	4,5	5,7	0,7	72,0	0,0	0,1	13,6	0,2	56,1	78,4	5,8	0,7	0,1	6,6	120302
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>12,2</b>	<b>12,2</b>	<b>44,6</b>	<b>337,1</b>	<b>0,2</b>	<b>0,6</b>	<b>34,8</b>	<b>0,6</b>	<b>186,3</b>	<b>251,9</b>	<b>45,3</b>	<b>1,9</b>	<b>0,3</b>	<b>16,6</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	50	0,2	0,2	5,2	22,8	0,0	2,5	0,0	0,2	9,5	8,0	6,0	1,2	0,0	0,5	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>5,2</b>	<b>22,8</b>	<b>0,0</b>	<b>2,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>9,5</b>	<b>8,0</b>	<b>6,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из моркови с зеленым горошком	30	0,6	3,0	1,9	37,5	0,0	2,0	0,0	1,4	23,8	16,9	8,9	0,2	0,0	1,4	100530
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	130	2,0	2,8	8,1	66,0	0,1	3,4	0,0	1,2	43,2	56,3	15,4	0,7	0,0	2,5	110329-1
3	Голубцы ленивые	70	4,6	5,6	6,9	96,4	0,0	15,4	1,4	1,2	109,1	58,9	15,4	0,9	0,1	2,9	120542
4	Изделия макаронные отварные	50	1,8	1,7	11,7	69,7	0,0	0,0	0,0	0,9	5,0	14,9	2,8	0,3	0,0	0,2	130401B
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>12,8</b>	<b>14,1</b>	<b>62,0</b>	<b>426,4</b>	<b>0,2</b>	<b>80,9</b>	<b>1,4</b>	<b>5,5</b>	<b>246,4</b>	<b>224,3</b>	<b>56,1</b>	<b>5,0</b>	<b>0,1</b>	<b>9,1</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Оладьи	100	7,4	7,0	43,5	266,2	0,1	0,2	4,3	3,1	51,5	82,4	13,8	0,8	0,1	4,0	120702
2	Повидло	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,1	0,0	0,0	0,6	0,9	0,4	0,1	0,0	0,0	140210
3	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
	<b>Итого:</b>		<b>11,6</b>	<b>11,5</b>	<b>53,3</b>	<b>362,8</b>	<b>0,1</b>	<b>1,1</b>	<b>25,3</b>	<b>3,1</b>	<b>221,5</b>	<b>210,7</b>	<b>33,8</b>	<b>1,0</b>	<b>0,3</b>	<b>16,6</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Виточки рубленые куриные	50	8,3	7,7	6,7	129,2	0,0	0,6	24,3	0,7	21,2	73,4	8,9	0,7	0,1	2,9	120611
2	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	180	4,1	6,2	33,1	204,3	0,2	20,3	0,0	2,6	32,1	118,1	46,8	1,8	0,2	10,1	130106
3	Компот из плодов свежих (лимон)	150	0,1	0,0	16,8	67,7	0,0	4,2	0,0	0,0	4,7	2,3	1,3	0,1	0,0	0,0	160213
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>14,1</b>	<b>14,5</b>	<b>66,6</b>	<b>453,0</b>	<b>0,3</b>	<b>25,1</b>	<b>24,3</b>	<b>3,6</b>	<b>62,6</b>	<b>210,6</b>	<b>59,5</b>	<b>2,9</b>	<b>0,2</b>	<b>13,0</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>50,9</b>	<b>52,4</b>	<b>231,7</b>	<b>1602,1</b>	<b>0,8</b>	<b>110,2</b>	<b>85,8</b>	<b>13,0</b>	<b>726,3</b>	<b>905,5</b>	<b>200,7</b>	<b>12,0</b>	<b>0,9</b>	<b>55,8</b>	
<b>День 2(вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет натуральный, запеченный	40	4,2	4,5	0,8	60,3	0,0	0,1	4,2	0,2	31,5	68,7	5,3	0,8	0,1	7,2	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	2,9	2,9	13,2	90,6	0,0	0,5	13,5	0,0	109,1	81,9	12,6	0,1	0,1	8,1	160104
3	Каша молочная пшеничная жидкая	120	5,8	6,0	24,1	173,6	0,1	0,6	24,1	0,5	133,3	155,2	28,6	1,2	0,2	9,3	120250
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>14,5</b>	<b>14,0</b>	<b>48,1</b>	<b>376,3</b>	<b>0,2</b>	<b>1,2</b>	<b>41,9</b>	<b>1,0</b>	<b>278,7</b>	<b>322,7</b>	<b>49,1</b>	<b>2,3</b>	<b>0,4</b>	<b>24,6</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	95	0,9	0,2	7,7	35,9	0,0	57,0	0,0	0,2	32,3	21,9	12,4	0,3	0,0	1,9	210102
	<b>Итого:</b>		<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>7,7</b>	<b>35,9</b>	<b>0,0</b>	<b>57,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>32,3</b>	<b>21,9</b>	<b>12,4</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Винегрет	30	0,5	3,1	2,7	40,3	0,0	2,5	0,0	1,4	11,5	14,2	6,2	0,3	0,0	1,4	100501
2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	130	3,0	2,4	8,1	65,8	0,0	0,8	9,6	0,2	6,3	17,5	4,5	0,3	0,0	0,7	110333



<b>Итого за день</b>			<b>58,8</b>	<b>57,0</b>	<b>206,8</b>	<b>1575,5</b>	<b>0,7</b>	<b>69,8</b>	<b>2632,7</b>	<b>6,9</b>	<b>850,9</b>	<b>1073,1</b>	<b>221,6</b>	<b>20,5</b>	<b>2,1</b>	<b>72,8</b>	
<b>День 4 (четверг)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет с сыром запеченный	40	4,5	5,7	0,7	72,0	0,0	0,1	13,6	0,2	56,1	78,4	5,8	0,7	0,1	6,6	120302
2	Какао на молоке	150	2,8	2,6	11,0	78,4	0,0	0,4	10,1	0,0	85,7	81,1	22,2	0,8	0,1	6,1	160101
3	Каша пшеничная молочная	120	6,1	5,9	26,4	183,3	0,1	0,6	21,2	0,1	122,7	152,4	36,9	0,9	0,1	9,9	120201
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>15,0</b>	<b>14,8</b>	<b>48,1</b>	<b>385,5</b>	<b>0,2</b>	<b>1,0</b>	<b>45,0</b>	<b>0,7</b>	<b>269,2</b>	<b>328,7</b>	<b>67,5</b>	<b>2,6</b>	<b>0,4</b>	<b>22,6</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	50	0,2	0,2	5,2	22,8	0,0	2,5	0,0	0,2	9,5	8,0	6,0	1,2	0,0	0,5	210104
<b>Итого:</b>			<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>5,2</b>	<b>22,8</b>	<b>0,0</b>	<b>2,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>9,5</b>	<b>8,0</b>	<b>6,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат Мозанка	30	0,9	2,2	3,0	35,5	0,0	2,1	0,0	0,9	11,1	20,5	7,6	0,3	0,0	1,9	100515-1
2	Суп из овощей на курином бульоне	130	2,4	3,4	6,0	63,5	0,0	9,2	11,7	0,1	45,7	28,1	11,9	0,4	0,0	2,7	110326B
3	Гуляш из отварной птицы	70	9,9	8,3	1,1	119,0	0,0	1,6	31,5	0,0	9,3	73,0	9,2	0,7	0,1	2,7	120601-1
4	Изделия макаронные отварные	50	1,8	1,7	11,7	69,7	0,0	0,0	0,0	0,9	5,0	14,9	2,8	0,3	0,0	0,2	130401B
5	Компот из плодов свежих (апельсин)	150	0,2	0,0	18,3	74,4	0,0	13,5	0,0	0,0	8,1	5,2	2,9	0,1	0,0	0,5	160212
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	16,4	80,1	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103
<b>Итого:</b>			<b>21,0</b>	<b>17,3</b>	<b>76,6</b>	<b>545,9</b>	<b>0,2</b>	<b>26,4</b>	<b>43,2</b>	<b>3,0</b>	<b>188,7</b>	<b>275,3</b>	<b>49,6</b>	<b>3,6</b>	<b>0,2</b>	<b>11,9</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Запеканка овощная	80	2,8	2,2	6,6	57,7	0,0	1,2	12,4	0,1	76,2	43,6	5,4	0,3	0,0	2,2	130223
2	Булочка Городская	30	2,5	2,1	14,8	87,9	0,0	0,0	5,6	0,3	14,8	27,7	4,2	0,3	0,0	1,6	190102
3	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
<b>Итого:</b>			<b>9,4</b>	<b>8,8</b>	<b>28,0</b>	<b>229,0</b>	<b>0,1</b>	<b>2,1</b>	<b>39,0</b>	<b>0,5</b>	<b>260,4</b>	<b>198,7</b>	<b>29,2</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>16,4</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Тефтели мясные с соусом собственного производства	50	4,2	4,2	5,7	77,2	0,0	1,2	0,8	0,7	13,9	49,4	7,8	0,7	0,0	2,0	120539
2	Рис отварной	180	4,4	6,0	49,1	268,4	0,1	0,0	0,0	2,6	6,7	94,9	31,6	0,6	0,0	0,9	130301B
3	Напиток вишневый	150	0,1	0,0	12,9	52,2	0,0	1,4	0,0	0,0	3,7	2,7	2,3	0,1	0,0	0,2	160204 160231
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>10,3</b>	<b>10,8</b>	<b>77,8</b>	<b>449,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,6</b>	<b>0,8</b>	<b>3,7</b>	<b>29,0</b>	<b>163,8</b>	<b>44,3</b>	<b>1,6</b>	<b>0,1</b>	<b>3,0</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>			<b>55,9</b>	<b>51,9</b>	<b>235,6</b>	<b>1632,8</b>	<b>0,6</b>	<b>34,7</b>	<b>128,0</b>	<b>8,0</b>	<b>756,7</b>	<b>974,6</b>	<b>196,5</b>	<b>9,7</b>	<b>0,9</b>	<b>54,5</b>	
<b>День 5 (пятница)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	120	5,5	7,5	20,0	169,4	0,1	0,6	26,7	0,3	139,0	157,6	38,7	0,8	0,2	10,9	120224
2	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	7,5	30,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,3	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
3	Омлет с горошком зеленым запеченный	40	2,8	3,4	1,4	47,4	0,0	0,9	6,3	0,1	40,7	50,4	5,8	0,5	0,1	5,1	123456
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>11,4</b>	<b>12,1</b>	<b>48,9</b>	<b>350,3</b>	<b>0,2</b>	<b>1,5</b>	<b>33,0</b>	<b>1,1</b>	<b>192,0</b>	<b>245,9</b>	<b>49,7</b>	<b>1,8</b>	<b>0,3</b>	<b>16,1</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	95	1,4	0,5	20,0	89,8	0,0	9,5	0,0	0,4	7,6	26,6	39,9	0,6	0,0	0,0	210103
<b>Итого:</b>			<b>1,4</b>	<b>0,5</b>	<b>20,0</b>	<b>89,8</b>	<b>0,0</b>	<b>9,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>	<b>7,6</b>	<b>26,6</b>	<b>39,9</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из свеклы с растительным маслом	30	0,4	3,0	2,5	38,9	0,0	2,8	0,0	1,3	10,8	12,3	6,2	0,4	0,0	2,0	100407
2	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	130	1,2	2,7	7,0	57,6	0,0	8,1	0,0	1,3	47,2	36,2	11,1	0,4	0,0	1,6	110322B
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	150	12,7	6,3	19,3	184,6	0,2	7,5	10,4	2,7	255,8	373,1	38,7	1,0	0,1	94,3	120409
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
5	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	

6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>19,5</b>	<b>16,6</b>	<b>80,6</b>	<b>549,7</b>	<b>0,3</b>	<b>78,5</b>	<b>12,4</b>	<b>6,7</b>	<b>384,7</b>	<b>516,9</b>	<b>73,6</b>	<b>5,2</b>	<b>0,2</b>	<b>99,9</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пудинг манный	80	3,5	3,4	21,1	129,3	0,0	0,1	10,2	0,4	31,8	45,1	7,0	0,3	0,1	3,2	120229
2	Соус абрикосовый	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,8	0,6	0,1	0,0	0,0	140206
3	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
	<b>Итого:</b>		<b>7,8</b>	<b>7,9</b>	<b>31,0</b>	<b>226,0</b>	<b>0,1</b>	<b>1,0</b>	<b>31,2</b>	<b>0,4</b>	<b>202,1</b>	<b>173,3</b>	<b>27,2</b>	<b>0,6</b>	<b>0,2</b>	<b>15,8</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Горошек зеленый консервированный	30	0,9	0,7	2,0	17,5	0,0	3,0	0,0	0,3	46,8	18,6	6,3	0,2	0,0	1,5	130206
2	Рагу из мяса птицы	200	16,9	15,6	22,9	299,1	0,2	14,4	42,0	2,1	42,5	182,8	45,6	2,3	0,2	10,0	120609
3	Напиток витаминный	150	0,3	0,1	21,8	89,7	0,0	39,0	0,0	0,3	8,9	8,8	3,5	0,4	0,0	0,0	160238
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>19,8</b>	<b>16,9</b>	<b>56,7</b>	<b>458,1</b>	<b>0,3</b>	<b>56,4</b>	<b>42,0</b>	<b>3,0</b>	<b>102,9</b>	<b>227,0</b>	<b>58,0</b>	<b>3,1</b>	<b>0,2</b>	<b>11,5</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>59,9</b>	<b>54,0</b>	<b>237,1</b>	<b>1673,8</b>	<b>0,8</b>	<b>146,8</b>	<b>118,6</b>	<b>11,6</b>	<b>889,3</b>	<b>1189,7</b>	<b>248,4</b>	<b>11,3</b>	<b>1,0</b>	<b>143,3</b>	
	<b>Итого за 5 дней</b>		<b>55,33</b>	<b>52,90</b>	<b>223,33</b>	<b>1590,75</b>	<b>0,73</b>	<b>104,37</b>	<b>614,12</b>	<b>10,06</b>	<b>929,24</b>	<b>1052,87</b>	<b>218,59</b>	<b>12,49</b>	<b>1,20</b>	<b>89,09</b>	
<b>День 6 (понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет натуральный, запеченный	40	4,2	4,5	0,8	60,3	0,0	0,1	4,2	0,2	31,5	68,7	5,3	0,8	0,1	7,2	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	2,8	2,6	14,6	92,7	1,8	0,5	11,3	0,0	106,0	86,1	22,5	1,3	0,1	12,8	160103
3	Каша вязкая молочная "Дружба"	120	4,9	5,4	25,2	168,9	0,1	0,5	20,7	0,1	114,8	128,6	28,6	0,6	0,1	9,0	120211
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,6</b>	<b>13,0</b>	<b>50,6</b>	<b>373,7</b>	<b>1,9</b>	<b>1,1</b>	<b>36,2</b>	<b>0,6</b>	<b>257,0</b>	<b>300,3</b>	<b>59,0</b>	<b>2,9</b>	<b>0,4</b>	<b>28,9</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	95	0,9	0,2	7,7	35,9	0,0	57,0	0,0	0,2	32,3	21,9	12,4	0,3	0,0	1,9	210102
	<b>Итого:</b>		<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>7,7</b>	<b>35,9</b>	<b>0,0</b>	<b>57,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>32,3</b>	<b>21,9</b>	<b>12,4</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>1,9</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат овощной с фасолью	30	0,7	3,1	3,9	46,5	0,0	2,2	0,0	1,4	13,2	21,7	7,2	0,3	0,0	1,3	100501-1
2	Суп с клецками на мясном бульоне	130	4,8	1,0	12,7	78,9	0,1	2,2	0,0	0,3	12,0	39,0	10,3	0,5	0,1	2,8	110332-2
3	Азу из мяса отварного	70	11,7	11,2	3,1	160,1	0,0	1,8	0,0	1,2	10,9	115,9	15,6	1,7	0,1	4,4	120532
4	Каша гречневая рассыпчатая	50	2,1	2,0	9,5	64,9	0,1	0,0	0,0	0,8	3,8	49,7	33,3	2,7	0,0	0,8	130309В
5	Компот из плодов сухих	150	0,2	0,0	20,9	84,9	0,0	0,0	0,0	0,0	7,7	11,6	3,8	0,3	0,0	0,0	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>22,4</b>	<b>18,3</b>	<b>68,3</b>	<b>527,1</b>	<b>0,3</b>	<b>6,2</b>	<b>0,1</b>	<b>4,2</b>	<b>102,2</b>	<b>304,7</b>	<b>77,7</b>	<b>6,4</b>	<b>0,2</b>	<b>11,3</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Лепешки картофельные	80	4,2	4,0	25,2	153,3	0,1	6,4	4,0	1,5	42,3	65,3	18,9	0,9	0,1	4,6	130107
2	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
	<b>Итого:</b>		<b>8,4</b>	<b>8,5</b>	<b>31,8</b>	<b>236,8</b>	<b>0,1</b>	<b>7,3</b>	<b>25,0</b>	<b>1,5</b>	<b>211,7</b>	<b>192,7</b>	<b>38,5</b>	<b>1,1</b>	<b>0,3</b>	<b>17,2</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	6,1	5,6	5,8	98,5	0,0	0,5	22,1	0,2	33,1	61,8	7,5	0,5	0,1	2,6	120619
2	Овощи запеченные	180	4,2	0,0	37,2	165,5	0,0	0,1	0,0	0,0	8,4	6,8	1,5	0,3	0,0	0,0	130111
3	Напиток яблочный	150	0,0	0,0	16,0	64,6	0,0	1,1	0,0	0,0	2,1	1,2	0,9	0,3	0,0	0,2	160217 160230
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>12,0</b>	<b>6,3</b>	<b>69,0</b>	<b>380,4</b>	<b>0,1</b>	<b>1,6</b>	<b>22,1</b>	<b>0,5</b>	<b>48,3</b>	<b>86,6</b>	<b>12,5</b>	<b>1,4</b>	<b>0,1</b>	<b>2,8</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>57,2</b>	<b>46,2</b>	<b>227,3</b>	<b>1553,9</b>	<b>2,4</b>	<b>73,2</b>	<b>83,3</b>	<b>7,1</b>	<b>651,5</b>	<b>906,1</b>	<b>200,2</b>	<b>12,0</b>	<b>1,0</b>	<b>62,1</b>	
<b>День 7 (вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	

1	Каша жидкая на молоке (манная)	120	5,4	5,9	22,1	162,5	0,0	0,7	24,5	0,3	144,6	121,2	19,5	0,3	0,2	10,6	120205
2	Чай с лимоном	150	0,1	0,0	7,9	32,4	0,0	6,0	0,0	0,0	8,8	7,6	1,8	0,1	0,0	0,0	160106
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Омлет с сыром запеченный	40	4,5	5,7	0,7	72,0	0,0	0,1	13,6	0,2	56,1	78,4	5,8	0,7	0,1	6,6	120302
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>11,8</b>	<b>12,2</b>	<b>55,7</b>	<b>379,1</b>	<b>0,1</b>	<b>6,8</b>	<b>38,1</b>	<b>0,9</b>	<b>219,2</b>	<b>226,4</b>	<b>30,9</b>	<b>1,7</b>	<b>0,3</b>	<b>17,2</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	50	0,2	0,2	4,9	22,2	0,0	5,0	0,0	0,1	8,0	5,5	4,5	1,1	0,0	1,0	210110
<b>Итого:</b>			<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>4,9</b>	<b>22,2</b>	<b>0,0</b>	<b>5,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,0</b>	<b>5,5</b>	<b>4,5</b>	<b>1,1</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из моркови с зеленым горошком	30	0,6	3,0	1,9	37,5	0,0	2,0	0,0	1,4	23,8	16,9	8,9	0,2	0,0	1,4	100530
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	120	3,5	2,7	9,0	74,0	0,1	3,2	0,0	1,2	16,7	47,8	17,3	0,9	0,0	2,1	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,2	37,0	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601
4	Тефтели рыбные	70	9,3	1,5	7,8	81,9	0,1	1,2	7,9	0,7	187,1	273,2	18,5	0,5	0,0	74,8	120403
5	Изделия макаронные отварные	50	1,8	1,7	11,7	69,7	0,0	0,0	0,0	0,9	5,0	14,9	2,8	0,3	0,0	0,2	130401B
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
7	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
9	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>			<b>21,5</b>	<b>13,9</b>	<b>89,4</b>	<b>568,7</b>	<b>0,3</b>	<b>66,5</b>	<b>9,9</b>	<b>5,8</b>	<b>306,9</b>	<b>460,1</b>	<b>67,0</b>	<b>5,4</b>	<b>0,2</b>	<b>80,6</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Каша пшеничная молочная	100	5,1	4,9	22,0	152,8	0,1	0,5	17,7	0,1	102,2	127,0	30,7	0,7	0,1	8,3	120201
2	Булочка Любимая	30	2,7	1,7	15,2	87,6	0,0	0,1	4,1	0,4	17,7	31,6	4,8	0,3	0,0	1,8	190107
3	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
<b>Итого:</b>			<b>12,0</b>	<b>11,1</b>	<b>43,8</b>	<b>323,8</b>	<b>0,2</b>	<b>1,4</b>	<b>42,8</b>	<b>0,4</b>	<b>289,3</b>	<b>286,1</b>	<b>55,2</b>	<b>1,2</b>	<b>0,3</b>	<b>22,7</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Огурцы консервированные без уксуса	30	0,2	0,0	0,5	3,3	0,0	1,5	0,0	0,0	6,9	7,2	4,2	0,2	0,0	0,9	100503
2	Голубцы капустные	200	13,3	15,9	19,8	275,3	0,1	44,1	4,0	3,5	311,7	168,4	43,9	2,5	0,1	8,3	120542
3	Компот из плодов свежих	150	0,0	0,0	16,0	64,6	0,0	1,1	0,0	0,0	2,1	1,2	0,9	0,3	0,0	0,2	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>15,1</b>	<b>16,6</b>	<b>46,3</b>	<b>395,0</b>	<b>0,1</b>	<b>46,7</b>	<b>4,0</b>	<b>3,9</b>	<b>325,5</b>	<b>193,5</b>	<b>51,7</b>	<b>3,2</b>	<b>0,2</b>	<b>9,4</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>			<b>60,6</b>	<b>54,0</b>	<b>240,1</b>	<b>1688,8</b>	<b>0,7</b>	<b>126,3</b>	<b>94,8</b>	<b>11,1</b>	<b>1148,9</b>	<b>1171,6</b>	<b>209,2</b>	<b>12,6</b>	<b>1,0</b>	<b>131,0</b>	
<b>День 8 (среда)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	120	5,5	7,5	20,0	169,4	0,1	0,6	26,7	0,3	139,0	157,6	38,7	0,8	0,2	10,9	120224
2	Какао на молоке	150	2,8	2,6	11,0	78,4	0,0	0,4	10,1	0,0	85,7	81,1	22,2	0,8	0,1	6,1	160101
3	Омлет с горошком зеленым запеченный	40	2,8	3,4	1,4	47,4	0,0	0,9	6,3	0,1	40,7	50,4	5,8	0,5	0,1	5,1	123456
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>12,7</b>	<b>14,1</b>	<b>57,3</b>	<b>407,3</b>	<b>0,2</b>	<b>1,9</b>	<b>43,1</b>	<b>0,8</b>	<b>275,2</b>	<b>308,3</b>	<b>70,5</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>22,2</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	50	0,2	0,2	5,2	22,8	0,0	2,5	0,0	0,2	9,5	8,0	6,0	1,2	0,0	0,5	210104
<b>Итого:</b>			<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>5,2</b>	<b>22,8</b>	<b>0,0</b>	<b>2,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>9,5</b>	<b>8,0</b>	<b>6,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат Осенний	30	0,5	1,6	3,8	31,4	0,0	2,9	0,0	0,7	8,0	16,8	7,9	0,3	0,0	1,7	100516
2	Борщ с капустой и картофелем	130	0,9	1,4	6,4	41,8	0,0	7,7	0,0	0,7	33,1	25,4	12,2	0,6	0,0	2,7	110101B
3	Биточки рубленные куриные	70	11,6	10,7	9,4	180,9	0,1	0,9	34,0	0,9	29,6	102,8	12,5	1,0	0,1	4,0	120611
4	Рагу из овощей	50	0,9	2,6	5,8	50,0	0,0	3,9	0,0	1,2	9,0	23,6	10,9	0,4	0,0	1,9	130203
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	16,4	80,1	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103
<b>Итого:</b>			<b>20,6</b>	<b>18,1</b>	<b>77,0</b>	<b>552,8</b>	<b>0,2</b>	<b>75,3</b>	<b>34,0</b>	<b>4,7</b>	<b>199,7</b>	<b>312,7</b>	<b>64,7</b>	<b>6,0</b>	<b>0,2</b>	<b>14,3</b>	

Подник																	
1	Запеканка овощная	100	3,5	2,8	8,3	72,1	0,0	1,5	15,5	0,2	95,2	54,6	6,7	0,3	0,0	2,7	130223
2	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
<b>Итого:</b>			<b>7,7</b>	<b>7,3</b>	<b>14,9</b>	<b>155,5</b>	<b>0,1</b>	<b>2,4</b>	<b>36,5</b>	<b>0,2</b>	<b>264,6</b>	<b>182,0</b>	<b>26,3</b>	<b>0,5</b>	<b>0,2</b>	<b>15,3</b>	
Ужин																	
1	Кнели рыбные отварные собственного производства	50	6,8	1,0	4,2	53,1	0,0	0,4	5,8	0,4	143,6	200,5	13,7	0,3	0,1	54,3	120406
2	Рис отварной	180	4,4	6,0	49,1	268,4	0,1	0,0	0,0	2,6	6,7	94,9	31,6	0,6	0,0	0,9	130301B
3	Кисель из смородины	150	0,1	0,0	18,3	73,9	0,0	7,5	0,0	0,1	7,1	6,5	2,3	0,1	0,0	0,1	160203
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>12,9</b>	<b>7,6</b>	<b>81,7</b>	<b>447,3</b>	<b>0,1</b>	<b>7,9</b>	<b>5,8</b>	<b>3,4</b>	<b>162,1</b>	<b>318,7</b>	<b>50,2</b>	<b>1,3</b>	<b>0,1</b>	<b>55,3</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>			<b>54,1</b>	<b>47,2</b>	<b>236,0</b>	<b>1585,6</b>	<b>0,6</b>	<b>90,1</b>	<b>119,3</b>	<b>9,2</b>	<b>911,1</b>	<b>1129,7</b>	<b>217,7</b>	<b>11,5</b>	<b>0,9</b>	<b>107,5</b>	
День 9 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	120	5,4	6,8	16,9	150,5	0,1	0,7	27,4	0,1	152,3	151,5	43,6	2,3	0,2	12,0	120221
2	Омлет натуральный, запеченный	40	4,2	4,5	0,8	60,3	0,0	0,1	4,2	0,2	31,5	68,7	5,3	0,8	0,1	7,2	120301
3	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	7,5	30,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,3	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>11,3</b>	<b>11,9</b>	<b>50,1</b>	<b>352,9</b>	<b>0,1</b>	<b>0,8</b>	<b>31,6</b>	<b>0,7</b>	<b>196,3</b>	<b>243,8</b>	<b>52,7</b>	<b>3,6</b>	<b>0,3</b>	<b>19,1</b>	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	95	1,4	0,5	20,0	89,8	0,0	9,5	0,0	0,4	7,6	26,6	39,9	0,6	0,0	0,0	210103
<b>Итого:</b>			<b>1,4</b>	<b>0,5</b>	<b>20,0</b>	<b>89,8</b>	<b>0,0</b>	<b>9,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>	<b>7,6</b>	<b>26,6</b>	<b>39,9</b>	<b>0,6</b>	<b>0,0</b>	<b>0,0</b>	
Обед																	
1	Салат овощной с фасолью	30	0,7	3,1	3,9	46,5	0,0	2,2	0,0	1,4	13,2	21,7	7,2	0,3	0,0	1,3	100501-1
2	Суп из овощей на мясном бульоне	130	1,5	2,8	8,4	64,6	0,1	11,5	0,0	1,2	52,8	39,6	16,3	0,6	0,1	3,0	110305-1B
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	150	14,7	14,1	26,5	291,9	0,2	15,0	13,5	0,5	36,4	204,0	46,7	3,0	0,2	12,5	120534
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	150	0,0	0,0	18,1	72,6	0,0	1,1	0,0	0,1	5,5	4,9	1,1	0,1	0,0	0,0	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>			<b>19,8</b>	<b>20,9</b>	<b>75,1</b>	<b>567,5</b>	<b>0,4</b>	<b>29,8</b>	<b>13,5</b>	<b>3,7</b>	<b>162,5</b>	<b>336,9</b>	<b>78,9</b>	<b>4,8</b>	<b>0,3</b>	<b>18,8</b>	
Подник																	
1	Запеканка со свежими плодами	80	3,6	3,6	19,1	123,4	0,1	1,5	11,2	0,1	58,5	79,1	21,0	0,9	0,1	4,9	120239
2	Булочка Городская	30	2,5	2,1	14,8	87,9	0,0	0,0	5,6	0,3	14,8	27,7	4,2	0,3	0,0	1,6	190102
3	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
<b>Итого:</b>			<b>10,3</b>	<b>10,2</b>	<b>40,5</b>	<b>294,8</b>	<b>0,1</b>	<b>2,4</b>	<b>37,8</b>	<b>0,4</b>	<b>242,7</b>	<b>234,3</b>	<b>44,8</b>	<b>1,3</b>	<b>0,3</b>	<b>19,1</b>	
Ужин																	
1	Капуста, тушеная с мясом	200	5,8	8,4	13,8	154,5	0,1	50,0	0,0	2,9	305,1	88,6	35,0	1,6	0,1	6,4	120517-1
2	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Напиток из плодов сухих (изюм)	150	0,2	0,0	16,4	66,9	0,0	0,0	0,0	0,0	7,5	11,6	3,8	0,3	0,0	0,0	160242
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>9,1</b>	<b>12,6</b>	<b>58,7</b>	<b>384,9</b>	<b>0,1</b>	<b>50,0</b>	<b>2,0</b>	<b>4,0</b>	<b>323,1</b>	<b>135,0</b>	<b>45,4</b>	<b>2,6</b>	<b>0,1</b>	<b>6,4</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>			<b>52,0</b>	<b>56,1</b>	<b>244,4</b>	<b>1689,9</b>	<b>0,8</b>	<b>92,4</b>	<b>85,0</b>	<b>9,2</b>	<b>932,2</b>	<b>976,6</b>	<b>261,7</b>	<b>12,8</b>	<b>1,1</b>	<b>63,4</b>	
День 10 (пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Омлет с сыром запеченный	40	4,5	5,7	0,7	72,0	0,0	0,1	13,6	0,2	56,1	78,4	5,8	0,7	0,1	6,6	120302
2	Каша вязкая молочная "Дружба"	120	4,9	5,4	25,2	168,9	0,1	0,5	20,7	0,1	114,8	128,6	28,6	0,6	0,1	9,0	120211
3	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	2,9	2,9	13,2	90,6	0,0	0,5	13,5	0,0	109,1	81,9	12,6	0,1	0,1	8,1	160104
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	







Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	50	0,2	0,2	4,9	22,2	0,0	5,0	0,0	0,1	8,0	5,5	4,5	1,1	0,0	1,0	210110
<b>Итого:</b>			<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>4,9</b>	<b>22,2</b>	<b>0,0</b>	<b>5,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,1</b>	<b>8,0</b>	<b>5,5</b>	<b>4,5</b>	<b>1,1</b>	<b>0,0</b>	<b>1,0</b>	
Обед																	
1	Винегрет	30	0,5	3,1	2,7	40,3	0,0	2,5	0,0	1,4	11,5	14,2	6,2	0,3	0,0	1,4	100501
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	120	3,5	2,7	9,0	74,0	0,1	3,2	0,0	1,2	16,7	47,8	17,3	0,9	0,0	2,1	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,2	37,0	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601
4	Рыба (филе) запеченная	70	13,7	3,3	2,9	96,5	0,1	0,8	8,3	2,0	291,1	425,2	25,5	0,5	0,1	124,0	120408
5	Изделия макаронные отварные	50	1,8	1,7	11,7	69,7	0,0	0,0	0,0	0,9	5,0	14,9	2,8	0,3	0,0	0,2	130401В
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>			<b>24,3</b>	<b>12,2</b>	<b>66,9</b>	<b>474,5</b>	<b>0,3</b>	<b>66,6</b>	<b>8,3</b>	<b>6,4</b>	<b>392,8</b>	<b>591,4</b>	<b>67,3</b>	<b>5,0</b>	<b>0,1</b>	<b>129,7</b>	
Полдник																	
1	Оладьи	100	7,4	7,0	43,5	266,2	0,1	0,2	4,3	3,1	51,5	82,4	13,8	0,8	0,1	4,0	120702
2	Повидло	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,1	0,0	0,0	0,6	0,9	0,4	0,1	0,0	0,0	140210
3	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
<b>Итого:</b>			<b>11,6</b>	<b>11,5</b>	<b>53,3</b>	<b>362,8</b>	<b>0,1</b>	<b>1,1</b>	<b>25,3</b>	<b>3,1</b>	<b>221,5</b>	<b>210,7</b>	<b>33,8</b>	<b>1,0</b>	<b>0,3</b>	<b>16,6</b>	
Ужин																	
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	6,1	5,6	5,8	98,5	0,0	0,5	22,1	0,2	33,1	61,8	7,5	0,5	0,1	2,6	120619
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	7,4	34,2	233,5	0,3	0,0	0,0	2,9	13,6	179,1	120,0	9,6	0,1	3,1	130309В
3	Кисель абрикосовый	150	0,4	0,0	14,4	59,3	0,0	0,3	0,0	0,4	15,1	13,8	7,9	0,8	0,0	0,0	160219 160228
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>15,7</b>	<b>13,6</b>	<b>64,4</b>	<b>443,1</b>	<b>0,3</b>	<b>0,8</b>	<b>22,1</b>	<b>3,8</b>	<b>66,5</b>	<b>271,5</b>	<b>137,9</b>	<b>11,2</b>	<b>0,2</b>	<b>5,6</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>			<b>63,5</b>	<b>51,3</b>	<b>242,7</b>	<b>1686,1</b>	<b>0,9</b>	<b>74,1</b>	<b>96,0</b>	<b>14,2</b>	<b>896,5</b>	<b>1338,6</b>	<b>291,7</b>	<b>20,4</b>	<b>0,9</b>	<b>170,5</b>	
День 14 (четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	120	5,4	5,9	22,1	162,5	0,0	0,7	24,5	0,3	144,6	121,2	19,5	0,3	0,2	10,6	120205
2	Омлет с морковью	40	3,2	4,9	1,5	62,9	0,0	0,6	9,7	0,2	33,7	58,3	8,4	0,6	0,1	6,0	123457
3	Какао на молоке	150	2,8	2,6	11,0	78,4	0,0	0,4	10,1	0,0	85,7	81,1	22,2	0,8	0,1	6,1	160101
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>13,0</b>	<b>14,0</b>	<b>59,5</b>	<b>416,0</b>	<b>0,1</b>	<b>1,7</b>	<b>44,3</b>	<b>0,8</b>	<b>273,8</b>	<b>279,8</b>	<b>53,9</b>	<b>2,2</b>	<b>0,4</b>	<b>22,7</b>	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	50	0,2	0,2	5,2	22,8	0,0	2,5	0,0	0,2	9,5	8,0	6,0	1,2	0,0	0,5	210104
<b>Итого:</b>			<b>0,2</b>	<b>0,2</b>	<b>5,2</b>	<b>22,8</b>	<b>0,0</b>	<b>2,5</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>9,5</b>	<b>8,0</b>	<b>6,0</b>	<b>1,2</b>	<b>0,0</b>	<b>0,5</b>	
Обед																	
1	Салат картофельный с зеленым горошком	30	0,9	3,4	3,2	47,5	0,0	2,5	0,0	1,4	14,7	20,4	5,7	0,3	0,0	1,8	100531
2	Суп с клецками на мясном бульоне	130	4,8	1,0	12,7	78,9	0,1	2,2	0,0	0,3	12,0	39,0	10,3	0,5	0,1	2,8	110332-2
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	150	14,7	14,1	26,5	291,9	0,2	15,0	13,5	0,5	36,4	204,0	46,7	3,0	0,2	12,5	120534
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>			<b>24,1</b>	<b>19,5</b>	<b>75,8</b>	<b>575,2</b>	<b>0,3</b>	<b>79,7</b>	<b>13,5</b>	<b>2,8</b>	<b>128,3</b>	<b>340,8</b>	<b>76,3</b>	<b>6,8</b>	<b>0,3</b>	<b>19,1</b>	
Полдник																	
1	Запеканка со свежими плодами	80	3,6	3,6	19,1	123,4	0,1	1,5	11,2	0,1	58,5	79,1	21,0	0,9	0,1	4,9	120239
2	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
<b>Итого:</b>			<b>9,3</b>	<b>11,6</b>	<b>44,1</b>	<b>318,6</b>	<b>0,1</b>	<b>2,3</b>	<b>34,2</b>	<b>0,8</b>	<b>233,7</b>	<b>224,5</b>	<b>44,6</b>	<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>17,5</b>	





Ужин																	
1	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	50	8,0	6,4	6,3	114,3	0,0	0,0	0,0	0,4	7,2	81,2	9,9	1,2	0,1	2,6	120540
2	Капуста тушенная	180	3,8	7,4	13,4	135,6	0,1	58,0	0,0	3,5	350,2	77,0	39,6	1,4	0,1	6,7	130201
3	Напиток смородина	150	0,1	0,0	12,6	51,3	0,0	9,0	0,0	0,1	3,6	3,0	2,8	0,2	0,0	0,1	160207 160229
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	Итого:		13,5	14,4	42,3	353,0	0,1	67,0	0,0	4,3	365,7	177,9	54,9	3,0	0,2	9,4	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Итого за день		58,3	57,3	217,2	1617,4	2,4	150,6	85,6	10,8	1034,7	962,2	205,3	14,0	1,1	70,7	
День 18 (Среда)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	120	5,5	7,5	20,0	169,4	0,1	0,6	26,7	0,3	139,0	157,6	38,7	0,8	0,2	10,9	120224
2	Чай с сахаром	150	0,0	0,0	7,5	30,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,8	4,3	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Омлет с морковью	40	3,2	4,9	1,5	62,9	0,0	0,6	9,7	0,2	33,7	58,3	8,4	0,6	0,1	6,0	123457
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	Итого:		10,4	13,0	53,9	374,4	0,1	1,2	36,4	0,9	185,3	239,4	50,9	2,0	0,3	17,0	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	50	0,2	0,2	5,2	22,8	0,0	2,5	0,0	0,2	9,5	8,0	6,0	1,2	0,0	0,5	210104
	Итого:		0,2	0,2	5,2	22,8	0,0	2,5	0,0	0,2	9,5	8,0	6,0	1,2	0,0	0,5	
Обед																	
1	Винегрет	30	0,5	3,1	2,7	40,3	0,0	2,5	0,0	1,4	11,5	14,2	6,2	0,3	0,0	1,4	100501
2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	130	3,0	2,4	8,1	65,8	0,0	0,8	9,6	0,2	6,3	17,5	4,5	0,3	0,0	0,7	110333
3	Капуста, тушенная с мясом	150	4,4	6,3	10,4	115,9	0,1	37,5	0,0	2,2	228,8	66,4	26,2	1,2	0,1	4,8	120517-1
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
5	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	16,4	80,1	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103
	Итого:		15,9	17,1	91,2	582,4	0,2	100,7	11,6	5,7	372,3	260,2	62,2	6,0	0,2	10,9	
Полдник																	
1	Пудинг манный	80	3,5	3,4	21,1	129,3	0,0	0,1	10,2	0,4	31,8	45,1	7,0	0,3	0,1	3,2	120229
2	Соус абрикосовый	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,8	0,6	0,1	0,0	0,0	140206
3	Молоко ультрапастеризованное	140	4,2	4,5	6,6	83,4	0,0	0,8	21,0	0,0	169,4	127,4	19,6	0,1	0,2	12,6	230105
	Итого:		7,8	7,9	31,0	226,0	0,1	1,0	31,2	0,4	202,1	173,3	27,2	0,6	0,2	15,8	
Ужин																	
1	Тсфтели рыбные	50	6,6	1,1	5,6	58,5	0,0	0,9	5,6	0,5	133,6	195,2	13,2	0,4	0,0	53,5	120403
2	Картофель отварной	180	3,7	4,3	30,5	176,1	0,2	18,7	0,0	1,8	31,4	109,3	43,3	1,7	0,1	9,4	130103В
3	Напиток из цитрусовых	150	0,1	0,0	17,0	68,5	0,0	4,1	0,0	0,0	4,5	2,1	1,2	0,1	0,0	0,0	160234
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
	Итого:		13,7	6,6	73,1	406,7	0,3	23,7	5,6	3,0	178,9	340,2	62,9	2,6	0,2	62,8	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	Итого за день		47,9	44,8	254,4	1612,4	0,8	129,2	84,8	10,1	948,1	1021,1	209,1	12,3	0,9	107,0	
День 19 (Четверг)																	
Завтрак 1																	
1	Каша молочная пшеничная жидкая	120	5,8	6,0	24,1	173,6	0,1	0,6	24,1	0,5	133,3	155,2	28,6	1,2	0,2	9,3	120250
2	Омлет натуральный, запеченный	40	4,2	4,5	0,8	60,3	0,0	0,1	4,2	0,2	31,5	68,7	5,3	0,8	0,1	7,2	120301
3	Какао на молоке	150	2,8	2,6	11,0	78,4	0,0	0,4	10,1	0,0	85,7	81,1	22,2	0,8	0,1	6,1	160101
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102



## Ужин

1	Котлеты мясные рубленные собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	5,3	6,1	6,0	100,0	0,0	0,1	2,8	0,9	15,6	59,2	7,6	0,7	0,0	2,4	120535
2	Рагу из овощей	180	3,1	9,3	21,1	180,1	0,1	13,9	0,0	4,2	32,5	85,1	39,2	1,3	0,1	6,7	130203
3	Кисель из смородины	150	0,1	0,0	18,3	73,9	0,0	7,5	0,0	0,1	7,1	6,5	2,3	0,1	0,0	0,1	160203
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>10,1</b>	<b>16,0</b>	<b>55,4</b>	<b>405,8</b>	<b>0,2</b>	<b>21,5</b>	<b>2,8</b>	<b>5,6</b>	<b>60,0</b>	<b>167,6</b>	<b>51,7</b>	<b>2,4</b>	<b>0,2</b>	<b>9,2</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см. приложение №3)	100	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>50,4</b>	<b>53,9</b>	<b>224,0</b>	<b>1582,3</b>	<b>2,6</b>	<b>65,0</b>	<b>2615,6</b>	<b>11,6</b>	<b>952,4</b>	<b>1086,2</b>	<b>221,9</b>	<b>19,1</b>	<b>2,2</b>	<b>79,5</b>	
	<b>Итого за 5 дней</b>		<b>56,19</b>	<b>50,48</b>	<b>252,80</b>	<b>1690,32</b>	<b>1,50</b>	<b>115,23</b>	<b>955,51</b>	<b>10,69</b>	<b>977,98</b>	<b>1112,43</b>	<b>220,38</b>	<b>15,61</b>	<b>1,35</b>	<b>97,99</b>	
	<b>Итого за 20 дней</b>		<b>56,03</b>	<b>51,66</b>	<b>237,83</b>	<b>1640,38</b>	<b>1,10</b>	<b>106,65</b>	<b>564,49</b>	<b>10,05</b>	<b>920,87</b>	<b>1074,68</b>	<b>223,80</b>	<b>14,04</b>	<b>1,20</b>	<b>94,62</b>	



Рацион для детей в возрасте 3-7 лет с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов

Меню для детей в возрасте 3-7 лет, посещающих дошкольные общеобразовательных учреждений с ужинами

№	Наименование	Выход, гр	Белки, гр	Жиры, гр	Углеводы, гр	Энергетическая ценность, ккал	Витамины, г				Минеральные вещества, мг					I, мкг	№ ТК (Вариант 1)
							В 1	С	А	Е мг, ток. экв.	Са	Р	Mg	Fe	B2		
<b>День 1 (понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша пшеничная молочная	180	9,2	8,9	39,6	275,0	0,2	0,8	31,9	0,2	184,0	228,7	55,3	1,3	0,2	14,9	120201
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
3	Омлет с сыром запеченный	50	5,6	7,1	0,8	90,0	0,0	0,1	17,0	0,2	70,1	97,9	7,2	0,9	0,2	8,3	120302
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>16,4</b>	<b>16,6</b>	<b>60,5</b>	<b>456,7</b>	<b>0,3</b>	<b>0,9</b>	<b>48,9</b>	<b>0,8</b>	<b>262,5</b>	<b>349,2</b>	<b>65,1</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>23,2</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,2	8,2	36,4	0,0	4,0	0,0	0,3	15,2	12,8	9,6	1,8	0,0	0,8	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,2</b>	<b>36,4</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>15,2</b>	<b>12,8</b>	<b>9,6</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,2	6,1	3,9	74,9	0,0	4,1	0,0	2,8	47,6	33,7	17,9	0,4	0,0	2,9	100530
2	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	200	3,1	4,4	12,4	101,6	0,1	5,2	0,0	1,9	66,5	86,6	23,7	1,1	0,1	3,9	110329-1
3	Голубцы лепные	70	4,6	5,6	6,9	96,4	0,0	15,4	1,4	1,2	109,1	58,9	15,4	0,9	0,1	2,9	120542
4	Изделия макаронные отварные	180	6,6	6,2	42,3	251,0	0,1	0,0	0,0	3,3	18,0	53,6	10,0	1,0	0,0	0,9	130401B
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>19,2</b>	<b>23,2</b>	<b>98,8</b>	<b>680,7</b>	<b>0,3</b>	<b>84,7</b>	<b>1,4</b>	<b>9,9</b>	<b>306,5</b>	<b>310,1</b>	<b>80,5</b>	<b>6,3</b>	<b>0,2</b>	<b>12,5</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Оладьи	100	7,4	7,0	43,5	266,2	0,1	0,2	4,3	3,1	51,5	82,4	13,8	0,8	0,1	4,0	120702
2	Повидло	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,1	0,0	0,0	0,6	0,9	0,4	0,1	0,0	0,0	140210
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>12,2</b>	<b>12,1</b>	<b>54,3</b>	<b>374,7</b>	<b>0,1</b>	<b>1,2</b>	<b>28,3</b>	<b>3,1</b>	<b>245,7</b>	<b>228,9</b>	<b>36,6</b>	<b>1,1</b>	<b>0,3</b>	<b>18,4</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Биточки рубленые куриные	50	8,3	7,7	6,7	129,2	0,0	0,6	24,3	0,7	21,2	73,4	8,9	0,7	0,1	2,9	120611
2	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	180	4,1	6,2	33,1	204,3	0,2	20,3	0,0	2,6	32,1	118,1	46,8	1,8	0,2	10,1	130106
3	Компот из плодов свежих (лимон)	200	0,1	0,0	22,4	90,2	0,0	5,6	0,0	0,0	6,3	3,1	1,7	0,2	0,0	0,0	160213
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>14,1</b>	<b>14,5</b>	<b>72,2</b>	<b>475,6</b>	<b>0,3</b>	<b>26,5</b>	<b>24,3</b>	<b>3,6</b>	<b>64,2</b>	<b>211,4</b>	<b>60,0</b>	<b>2,9</b>	<b>0,2</b>	<b>13,0</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>62,2</b>	<b>66,6</b>	<b>294,0</b>	<b>2024,1</b>	<b>1,1</b>	<b>117,4</b>	<b>102,8</b>	<b>17,7</b>	<b>894,1</b>	<b>1112,4</b>	<b>251,8</b>	<b>14,7</b>	<b>1,1</b>	<b>67,9</b>	
<b>День 2 (вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет натуральный, запеченный	50	5,2	5,6	1,0	75,3	0,0	0,1	5,3	0,2	39,4	85,9	6,6	1,0	0,2	8,9	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,9	3,8	17,7	120,8	0,0	0,7	18,0	0,0	145,5	109,2	16,8	0,2	0,2	10,8	160104
3	Каша молочная пшеничная жидкая	180	8,7	9,0	36,1	260,3	0,1	0,9	36,2	0,7	200,0	232,8	42,9	1,8	0,2	14,0	120250
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>19,4</b>	<b>19,1</b>	<b>64,7</b>	<b>508,3</b>	<b>0,2</b>	<b>1,7</b>	<b>59,5</b>	<b>1,3</b>	<b>389,6</b>	<b>444,7</b>	<b>68,9</b>	<b>3,1</b>	<b>0,6</b>	<b>33,8</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	0,9	0,2	8,1	37,8	0,0	60,0	0,0	0,2	34,0	23,0	13,0	0,3	0,0	2,0	210102

<b>Итого:</b>		<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>37,8</b>	<b>0,0</b>	<b>60,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>34,0</b>	<b>23,0</b>	<b>13,0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>2,0</b>		
<b>Обед</b>																	
1	Внегрет	60	1,0	6,1	5,5	80,7	0,0	5,0	0,0	2,7	22,9	28,4	12,4	0,5	0,0	2,9	100501
2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	200	4,6	3,7	12,4	101,2	0,0	1,2	14,7	0,3	9,7	26,9	6,9	0,5	0,0	1,0	110333
3	Капуста, тушеная с мясом	200	5,8	8,4	13,8	154,5	0,1	50,0	0,0	2,9	305,1	88,6	35,0	1,6	0,1	6,4	120517-1
4	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,3	0,1	21,9	89,2	0,0	0,0	0,1	0,1	10,0	15,5	5,0	0,4	0,0	0,0	160242
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>16,2</b>	<b>19,7</b>	<b>81,8</b>	<b>569,2</b>	<b>0,2</b>	<b>56,1</b>	<b>14,8</b>	<b>6,9</b>	<b>407,1</b>	<b>243,0</b>	<b>69,6</b>	<b>4,1</b>	<b>0,2</b>	<b>12,2</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	120	5,5	7,5	20,0	169,4	0,1	0,6	26,7	0,3	139,0	157,6	38,7	0,8	0,2	10,9	120224
2	Булочка с изюмом	30	2,4	1,9	13,7	81,8	0,0	0,1	5,2	0,3	19,3	31,0	5,0	0,3	0,0	1,8	190104
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>12,7</b>	<b>14,6</b>	<b>41,2</b>	<b>346,5</b>	<b>0,2</b>	<b>1,7</b>	<b>55,9</b>	<b>0,6</b>	<b>351,9</b>	<b>334,2</b>	<b>66,1</b>	<b>1,3</b>	<b>0,4</b>	<b>27,2</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Тефтели рыбные	50	6,6	1,1	5,6	58,5	0,0	0,9	5,6	0,5	133,6	195,2	13,2	0,4	0,0	53,5	120403
2	Капуста тушеная	180	3,8	7,4	13,4	135,6	0,1	58,0	0,0	3,5	350,2	77,0	39,6	1,4	0,1	6,7	130201
3	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,1	0,0	24,1	96,8	0,0	1,5	0,0	0,1	7,3	6,5	1,5	0,1	0,0	0,0	160203-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>12,1</b>	<b>9,1</b>	<b>53,1</b>	<b>342,7</b>	<b>0,1</b>	<b>60,3</b>	<b>5,6</b>	<b>4,4</b>	<b>495,8</b>	<b>295,4</b>	<b>56,9</b>	<b>2,1</b>	<b>0,1</b>	<b>60,2</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>61,4</b>	<b>62,6</b>	<b>248,9</b>	<b>1804,6</b>	<b>0,8</b>	<b>179,9</b>	<b>135,8</b>	<b>13,5</b>	<b>1678,4</b>	<b>1340,4</b>	<b>274,5</b>	<b>10,9</b>	<b>1,3</b>	<b>135,3</b>	
<b>День 3 (среда)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	8,1	8,8	33,1	243,7	0,1	1,0	36,7	0,5	216,9	181,8	29,3	0,5	0,2	15,9	120205
2	Омлет с морковью	50	4,0	6,2	1,9	78,7	0,0	0,7	12,1	0,2	42,2	72,9	10,5	0,8	0,1	7,5	123457
3	Чай с лимоном	200	0,2	0,0	10,6	43,3	0,0	8,0	0,0	0,0	11,8	10,2	2,4	0,2	0,0	0,0	160106
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,8</b>	<b>15,6</b>	<b>55,6</b>	<b>417,4</b>	<b>0,1</b>	<b>9,8</b>	<b>48,8</b>	<b>1,1</b>	<b>275,5</b>	<b>281,7</b>	<b>44,8</b>	<b>1,7</b>	<b>0,4</b>	<b>23,4</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,3	7,8	35,5	0,0	8,0	0,0	0,2	12,8	8,8	7,2	1,8	0,0	1,6	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,8</b>	<b>35,5</b>	<b>0,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>12,8</b>	<b>8,8</b>	<b>7,2</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>1,6</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат каргофельный с зеленым горошком	60	1,8	6,8	6,5	95,0	0,1	4,9	0,0	2,7	29,5	40,9	11,4	0,6	0,1	3,6	100531
2	Рассольник домашний на мясном бульоне	190	3,5	3,4	11,4	90,4	0,1	12,0	11,4	0,2	45,5	50,0	21,1	0,8	0,1	4,6	110207B
3	Говядина отварная	10	2,9	2,5	0,0	33,9	0,0	0,0	0,0	0,1	1,6	29,2	3,4	0,4	0,0	1,1	120509
4	Печень по-строгановски	70	9,6	3,8	1,9	80,3	0,2	17,7	2493,2	0,5	106,3	185,0	10,5	7,8	1,1	7,0	120536B
5	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	7,4	34,2	233,5	0,3	0,0	0,0	2,9	13,6	179,1	120,0	9,6	0,1	3,1	130309B
6	Компот из плодов сухих	200	0,3	0,1	27,9	113,1	0,0	0,0	0,1	0,1	10,2	15,5	5,0	0,4	0,0	0,0	160209-2
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>28,6</b>	<b>24,8</b>	<b>100,1</b>	<b>738,0</b>	<b>0,6</b>	<b>34,6</b>	<b>2504,7</b>	<b>6,9</b>	<b>261,3</b>	<b>566,4</b>	<b>179,1</b>	<b>20,5</b>	<b>1,4</b>	<b>21,3</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Каша вязкая молочная "Дружба"	120	4,9	5,4	25,2	168,9	0,1	0,5	20,7	0,1	114,8	128,6	28,6	0,6	0,1	9,0	120211
2	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>11,2</b>	<b>14,1</b>	<b>51,1</b>	<b>376,0</b>	<b>0,1</b>	<b>1,5</b>	<b>46,7</b>	<b>0,8</b>	<b>314,2</b>	<b>292,2</b>	<b>55,0</b>	<b>1,1</b>	<b>0,3</b>	<b>23,4</b>	
<b>Ужин</b>																	

1	Шницель рубленый куриный	50	11,2	10,9	4,0	158,6	0,0	0,9	32,6	0,7	20,1	93,4	9,8	0,9	0,1	5,2	120615
2	Свекла тушеная	180	3,2	6,0	16,8	133,9	0,0	18,6	25,2	0,3	129,6	86,8	41,8	2,6	0,1	14,1	130209
3	Напиток смородина	200	0,1	0,0	16,9	68,4	0,0	12,0	0,0	0,1	4,8	4,0	3,7	0,2	0,0	0,1	160207 160229
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>16,1</b>	<b>17,5</b>	<b>47,7</b>	<b>412,7</b>	<b>0,1</b>	<b>31,5</b>	<b>57,8</b>	<b>1,4</b>	<b>159,2</b>	<b>201,0</b>	<b>58,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,2</b>	<b>19,4</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>70,0</b>	<b>72,3</b>	<b>262,3</b>	<b>1979,6</b>	<b>1,0</b>	<b>85,4</b>	<b>2658,1</b>	<b>10,4</b>	<b>1023,1</b>	<b>1350,0</b>	<b>344,1</b>	<b>29,0</b>	<b>2,4</b>	<b>89,2</b>	
<b>День 4 (четверг)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет с сыром запеченный	50	5,6	7,1	0,8	90,0	0,0	0,1	17,0	0,2	70,1	97,9	7,2	0,9	0,2	8,3	120302
2	Какао на молоке	200	3,7	3,5	14,6	104,5	0,0	0,5	13,5	0,0	114,3	108,1	29,6	1,0	0,1	8,1	160101
3	Каша пшеничная молочная	180	9,2	8,9	39,6	275,0	0,2	0,8	31,9	0,2	184,0	228,7	55,3	1,3	0,2	14,9	120201
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>20,1</b>	<b>20,1</b>	<b>65,1</b>	<b>521,3</b>	<b>0,3</b>	<b>1,5</b>	<b>62,4</b>	<b>0,8</b>	<b>373,1</b>	<b>451,5</b>	<b>94,7</b>	<b>3,5</b>	<b>0,5</b>	<b>31,3</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,2	8,2	36,4	0,0	4,0	0,0	0,3	15,2	12,8	9,6	1,8	0,0	0,8	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,2</b>	<b>36,4</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>15,2</b>	<b>12,8</b>	<b>9,6</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат Мозанка	60	1,7	4,4	6,1	71,1	0,1	4,2	0,0	1,7	22,2	41,1	15,1	0,6	0,1	3,8	100515-1
2	Суп из овощей на курином бульоне	200	3,6	5,2	9,2	97,7	0,1	14,2	18,0	0,2	70,3	43,2	18,3	0,7	0,1	4,1	110326B
3	Гуляш из отварной птицы	70	9,9	8,3	1,1	119,0	0,0	1,6	31,5	0,0	9,3	73,0	9,2	0,7	0,1	2,7	120601-1
4	Изделия макаронные отварные	180	6,6	6,2	42,3	251,0	0,1	0,0	0,0	3,3	18,0	53,6	10,0	1,0	0,0	0,9	130401B
5	Компот из плодов свежих (апельсин)	200	0,3	0,1	24,4	99,3	0,0	18,0	0,0	0,1	10,9	6,9	3,9	0,2	0,0	0,6	160212
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>25,0</b>	<b>25,0</b>	<b>101,3</b>	<b>729,8</b>	<b>0,3</b>	<b>38,0</b>	<b>49,5</b>	<b>5,8</b>	<b>185,4</b>	<b>284,6</b>	<b>64,1</b>	<b>4,0</b>	<b>0,2</b>	<b>14,0</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Запеканка овощная	100	3,5	2,8	8,3	72,1	0,0	1,5	15,5	0,2	95,2	54,6	6,7	0,3	0,0	2,7	130223
2	Булочка Городекая	30	2,5	2,1	14,8	87,9	0,0	0,0	5,6	0,3	14,8	27,7	4,2	0,3	0,0	1,6	190102
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>10,7</b>	<b>10,0</b>	<b>30,6</b>	<b>255,3</b>	<b>0,1</b>	<b>2,6</b>	<b>45,1</b>	<b>0,5</b>	<b>303,6</b>	<b>227,9</b>	<b>33,3</b>	<b>0,8</b>	<b>0,3</b>	<b>18,7</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Тефтели мясные с соусом собственного производства	50	4,2	4,2	5,7	77,2	0,0	1,2	0,8	0,7	13,9	49,4	7,8	0,7	0,0	2,0	120539
2	Рис отварной	180	4,4	6,0	49,1	268,4	0,1	0,0	0,0	2,6	6,7	94,9	31,6	0,6	0,0	0,9	130301B
3	Напиток вишневый	200	0,1	0,0	17,3	69,6	0,0	1,8	0,0	0,0	4,9	3,6	3,1	0,1	0,0	0,2	160204 160231
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>10,3</b>	<b>10,8</b>	<b>82,1</b>	<b>467,0</b>	<b>0,1</b>	<b>3,0</b>	<b>0,8</b>	<b>3,7</b>	<b>30,2</b>	<b>164,7</b>	<b>45,1</b>	<b>1,7</b>	<b>0,1</b>	<b>3,1</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>66,5</b>	<b>66,1</b>	<b>287,3</b>	<b>2009,9</b>	<b>0,8</b>	<b>49,1</b>	<b>157,8</b>	<b>11,1</b>	<b>907,5</b>	<b>1141,5</b>	<b>246,9</b>	<b>11,8</b>	<b>1,1</b>	<b>68,0</b>	
<b>День 5 (пятница)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	8,2	11,2	30,0	254,1	0,2	1,0	40,1	0,5	208,5	236,4	58,0	1,2	0,2	16,4	120224
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
3	Омлет с горошком зеленым запеченный	50	3,5	4,3	1,7	59,2	0,0	1,1	7,8	0,2	50,9	63,0	7,3	0,6	0,1	6,4	123456
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102

<b>Итого:</b>		<b>14,9</b>	<b>16,7</b>	<b>61,7</b>	<b>456,8</b>	<b>0,2</b>	<b>2,0</b>	<b>47,9</b>	<b>1,3</b>	<b>272,6</b>	<b>338,8</b>	<b>70,5</b>	<b>2,3</b>	<b>0,4</b>	<b>22,8</b>		
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	1,5	0,5	21,0	94,5	0,0	10,0	0,0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6	0,1	0,0	210103
<b>Итого:</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>94,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>	<b>8,0</b>	<b>28,0</b>	<b>42,0</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>		
<b>Обед</b>																	
1	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	6,1	5,0	77,8	0,0	5,7	0,0	2,7	21,5	24,6	12,5	0,8	0,0	4,0	100407
2	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая)	200	1,9	4,2	10,8	88,6	0,0	12,5	0,0	2,0	72,5	55,6	17,0	0,6	0,0	2,5	110322B
3	Рыба, запеченная с картофелем, по-русски	200	16,9	8,4	25,7	246,1	0,2	10,0	13,8	3,6	341,1	497,5	51,6	1,4	0,2	125,7	120409
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>		<b>24,9</b>	<b>20,2</b>	<b>84,9</b>	<b>621,2</b>	<b>0,3</b>	<b>88,2</b>	<b>13,8</b>	<b>9,2</b>	<b>505,1</b>	<b>671,8</b>	<b>97,3</b>	<b>6,0</b>	<b>0,3</b>	<b>134,2</b>		
<b>Полдник</b>																	
1	Пудинг манный	100	4,4	4,3	26,4	161,7	0,0	0,2	12,8	0,4	39,7	56,3	8,8	0,4	0,1	4,0	120229
2	Соус абрикосовый	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,8	0,6	0,1	0,0	0,0	140206 160206-1
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
<b>Итого:</b>		<b>9,2</b>	<b>9,4</b>	<b>37,2</b>	<b>270,3</b>	<b>0,1</b>	<b>1,1</b>	<b>36,8</b>	<b>0,5</b>	<b>234,3</b>	<b>202,7</b>	<b>31,7</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>18,4</b>		
<b>Ужин</b>																	
1	Горошек зеленый консервированный	30	0,9	0,7	2,0	17,5	0,0	3,0	0,0	0,3	46,8	18,6	6,3	0,2	0,0	1,5	130206
2	Рагу из мяса птицы	200	16,9	15,6	22,9	299,1	0,2	14,4	42,0	2,1	42,5	182,8	45,6	2,3	0,2	10,0	120609
3	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	29,1	119,6	0,0	52,0	0,0	0,3	11,8	11,7	4,7	0,5	0,0	0,0	160238
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		<b>19,9</b>	<b>17,0</b>	<b>64,0</b>	<b>488,0</b>	<b>0,3</b>	<b>69,4</b>	<b>42,0</b>	<b>3,1</b>	<b>105,8</b>	<b>229,9</b>	<b>59,2</b>	<b>3,3</b>	<b>0,2</b>	<b>11,5</b>		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>		<b>70,4</b>	<b>63,8</b>	<b>268,7</b>	<b>1930,8</b>	<b>1,0</b>	<b>170,7</b>	<b>140,5</b>	<b>14,5</b>	<b>1125,8</b>	<b>1471,2</b>	<b>300,7</b>	<b>12,8</b>	<b>1,2</b>	<b>187,0</b>		
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>66,11</b>	<b>66,27</b>	<b>272,24</b>	<b>1949,79</b>	<b>0,93</b>	<b>120,48</b>	<b>638,98</b>	<b>13,41</b>	<b>1125,79</b>	<b>1283,13</b>	<b>283,61</b>	<b>15,87</b>	<b>1,44</b>	<b>109,48</b>		
<b>День 6 (понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет натуральный, запеченный	50	5,2	5,6	1,0	75,3	0,0	0,1	5,3	0,2	39,4	85,9	6,6	1,0	0,2	8,9	120301
2	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103
3	Каша вязкая молочная "Дружба"	180	7,4	8,1	37,8	253,3	0,1	0,8	31,1	0,2	172,2	192,9	43,0	0,8	0,2	13,5	120211
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		<b>18,0</b>	<b>17,7</b>	<b>68,2</b>	<b>504,1</b>	<b>2,6</b>	<b>1,5</b>	<b>51,3</b>	<b>0,7</b>	<b>357,6</b>	<b>410,5</b>	<b>82,2</b>	<b>3,8</b>	<b>0,5</b>	<b>39,5</b>		
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	0,9	0,2	8,1	37,8	0,0	60,0	0,0	0,2	34,0	23,0	13,0	0,3	0,0	2,0	210102
<b>Итого:</b>		<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>37,8</b>	<b>0,0</b>	<b>60,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>34,0</b>	<b>23,0</b>	<b>13,0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>2,0</b>		
<b>Обед</b>																	
1	Салат овощной с фасолью	60	1,5	6,2	7,8	93,0	0,1	4,4	0,0	2,7	26,3	43,3	14,3	0,6	0,0	2,6	100501-1
2	Суп с клецками на мясном бульоне	200	7,4	1,5	19,5	121,4	0,1	3,4	0,0	0,4	18,4	60,0	15,8	0,8	0,1	4,3	110332-2
3	Азу из мяса отварного	70	11,7	11,2	3,1	160,1	0,0	1,8	0,0	1,2	10,9	115,9	15,6	1,7	0,1	4,4	120532
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	7,4	34,2	233,5	0,3	0,0	0,0	2,9	13,6	179,1	120,0	9,6	0,1	3,1	130309B
5	Компот из плодов сухих	200	0,3	0,1	27,9	113,1	0,0	0,0	0,1	0,1	10,2	15,5	5,0	0,4	0,0	0,0	160209-2
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>		<b>31,3</b>	<b>27,2</b>	<b>110,7</b>	<b>813,0</b>	<b>0,5</b>	<b>9,6</b>	<b>0,1</b>	<b>7,8</b>	<b>134,2</b>	<b>480,6</b>	<b>178,3</b>	<b>14,0</b>	<b>0,4</b>	<b>16,3</b>		
<b>Полдник</b>																	
1	Лепешки картофельные	100	5,2	5,0	31,5	191,6	0,1	8,0	5,0	1,8	52,9	81,7	23,7	1,2	0,1	5,7	130107
2	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105

<b>Итого:</b>		10,0	10,1	39,0	287,0	0,2	9,0	29,0	1,8	246,5	227,3	46,1	1,3	0,3	20,1		
<b>Ужин</b>																	
1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	6,1	5,6	5,8	98,5	0,0	0,5	22,1	0,2	33,1	61,8	7,5	0,5	0,1	2,6	120619
2	Овощи запеченные	180	4,2	0,0	37,2	165,5	0,0	0,1	0,0	0,0	8,4	6,8	1,5	0,3	0,0	0,0	130111
3	Напиток яблочный	200	0,1	0,1	21,4	86,1	0,0	1,4	0,0	0,0	2,8	1,5	1,3	0,4	0,0	0,3	160217 160230
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		12,0	6,3	74,4	402,0	0,1	2,0	22,1	0,5	49,0	87,0	12,9	1,4	0,1	2,8		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>		72,2	61,5	300,4	2043,9	3,4	82,1	102,5	11,2	821,3	1228,3	332,4	20,9	1,3	80,8		
<b>День 7 (вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	8,1	8,8	33,1	243,7	0,1	1,0	36,7	0,5	216,9	181,8	29,3	0,5	0,2	15,9	120205
2	Чай с лимоном	200	0,2	0,0	10,6	43,3	0,0	8,0	0,0	0,0	11,8	10,2	2,4	0,2	0,0	0,0	160106
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Омлет с сыром запеченный	50	5,6	7,1	0,8	90,0	0,0	0,1	17,0	0,2	70,1	97,9	7,2	0,9	0,2	8,3	120302
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		15,6	16,5	69,5	489,1	0,1	9,1	53,7	1,1	308,4	309,1	42,7	2,1	0,4	24,2		
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,3	7,8	35,5	0,0	8,0	0,0	0,2	12,8	8,8	7,2	1,8	0,0	1,6	210110
<b>Итого:</b>		0,3	0,3	7,8	35,5	0,0	8,0	0,0	0,2	12,8	8,8	7,2	1,8	0,0	1,6		
<b>Обед</b>																	
1	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,2	6,1	3,9	74,9	0,0	4,1	0,0	2,8	47,6	33,7	17,9	0,4	0,0	2,9	100530
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,5	4,2	14,2	117,2	0,2	5,1	0,0	1,9	26,4	75,7	27,4	1,4	0,1	3,3	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,2	37,0	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601
4	Тефтели рыбные	70	9,3	1,5	7,8	81,9	0,1	1,2	7,9	0,7	187,1	273,2	18,5	0,5	0,0	74,8	120403
5	Изделия макаронные отварные	180	6,6	6,2	42,3	251,0	0,1	0,0	0,0	3,3	18,0	53,6	10,0	1,0	0,0	0,9	130401В
6	Сок фруктовый ДН (см. приложение №2)	200	1,0	0,2	20,2	86,6	0,0	80,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>		27,7	19,4	113,8	740,5	0,5	90,4	7,9	9,6	351,1	529,1	91,2	7,1	0,2	83,9		
<b>Полдник</b>																	
1	Каша пшеничная молочная	120	6,1	5,9	26,4	183,3	0,1	0,6	21,2	0,1	122,7	152,4	36,9	0,9	0,1	9,9	120201
2	Будочка Любимая	30	2,7	1,7	15,2	87,6	0,0	0,1	4,1	0,4	17,7	31,6	4,8	0,3	0,0	1,8	190107
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
<b>Итого:</b>		13,7	12,8	49,2	366,3	0,2	1,6	49,4	0,5	334,0	329,7	64,1	1,4	0,4	26,2		
<b>Ужин</b>																	
1	Огурцы консервированные без уксуса	30	0,2	0,0	0,5	3,3	0,0	1,5	0,0	0,0	6,9	7,2	4,2	0,2	0,0	0,9	100503
2	Голубцы лепные	200	13,3	15,9	19,8	275,3	0,1	44,1	4,0	3,5	311,7	168,4	43,9	2,5	0,1	8,3	120542
3	Компот из плодов свежих	200	0,1	0,1	21,4	86,1	0,0	1,4	0,0	0,0	2,8	1,5	1,3	0,4	0,0	0,3	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		15,2	16,6	51,7	416,6	0,1	47,0	4,0	3,9	326,2	193,9	52,0	3,3	0,2	9,5		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>		72,4	65,6	292,0	2048,0	0,9	156,2	115,0	15,2	1332,5	1370,6	257,2	15,6	1,2	145,3		
<b>День 8 (среда)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	

1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	8,2	11,2	30,0	254,1	0,2	1,0	40,1	0,5	208,5	236,4	58,0	1,2	0,2	16,4	120224
2	Какао на молоке	200	3,7	3,5	14,6	104,5	0,0	0,5	13,5	0,0	114,3	108,1	29,6	1,0	0,1	8,1	160101
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Омлет с горошком зеленым запеченный	50	3,5	4,3	1,7	59,2	0,0	1,1	7,8	0,2	50,9	63,0	7,3	0,6	0,1	6,4	123456
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>18,7</b>	<b>20,2</b>	<b>81,3</b>	<b>581,8</b>	<b>0,3</b>	<b>2,6</b>	<b>61,4</b>	<b>1,3</b>	<b>388,2</b>	<b>443,5</b>	<b>101,3</b>	<b>3,6</b>	<b>0,5</b>	<b>30,9</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,2	8,2	36,4	0,0	4,0	0,0	0,3	15,2	12,8	9,6	1,8	0,0	0,8	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,2</b>	<b>36,4</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>15,2</b>	<b>12,8</b>	<b>9,6</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат Осенний	60	1,1	3,2	7,5	62,8	0,0	5,7	0,0	1,4	16,0	33,7	15,9	0,6	0,0	3,5	100516
2	Борщ с капустой и картофелем	200	1,4	2,1	9,8	64,2	0,0	11,9	0,0	1,0	51,0	39,0	18,7	0,9	0,0	4,2	110101B
3	Биточки рубленые куриные	70	11,6	10,7	9,4	180,9	0,1	0,9	34,0	0,9	29,6	102,8	12,5	1,0	0,1	4,0	120611
4	Рагу из овощей	180	3,1	9,3	21,1	180,1	0,1	13,9	0,0	4,2	32,5	85,1	39,2	1,3	0,1	6,7	130203
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	16,4	80,1	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>23,8</b>	<b>27,1</b>	<b>99,4</b>	<b>736,8</b>	<b>0,4</b>	<b>92,4</b>	<b>34,0</b>	<b>8,8</b>	<b>249,0</b>	<b>404,7</b>	<b>107,5</b>	<b>7,6</b>	<b>0,3</b>	<b>22,3</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Запеканка овощная	100	3,5	2,8	8,3	72,1	0,0	1,5	15,5	0,2	95,2	54,6	6,7	0,3	0,0	2,7	130223
2	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>8,3</b>	<b>7,9</b>	<b>15,8</b>	<b>167,4</b>	<b>0,1</b>	<b>2,5</b>	<b>39,5</b>	<b>0,2</b>	<b>288,8</b>	<b>200,2</b>	<b>29,1</b>	<b>0,5</b>	<b>0,3</b>	<b>17,1</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Кнели рыбные отварные собственного производства	50	6,8	1,0	4,2	53,1	0,0	0,4	5,8	0,4	143,6	200,5	13,7	0,3	0,1	54,3	120406
2	Рис отварной	180	4,4	6,0	49,1	268,4	0,1	0,0	0,0	2,6	6,7	94,9	31,6	0,6	0,0	0,9	130301B
3	Кисель из смородины	200	0,1	0,0	24,5	98,6	0,0	10,0	0,0	0,1	9,5	8,7	3,1	0,2	0,0	0,1	160203 160220
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,0</b>	<b>7,6</b>	<b>87,8</b>	<b>471,9</b>	<b>0,1</b>	<b>10,4</b>	<b>5,8</b>	<b>3,4</b>	<b>164,5</b>	<b>320,9</b>	<b>51,0</b>	<b>1,4</b>	<b>0,1</b>	<b>55,3</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>64,1</b>	<b>63,1</b>	<b>292,6</b>	<b>1994,3</b>	<b>0,8</b>	<b>111,9</b>	<b>140,6</b>	<b>14,0</b>	<b>1105,7</b>	<b>1382,1</b>	<b>298,5</b>	<b>14,9</b>	<b>1,2</b>	<b>126,4</b>	
<b>День 9 (четверг)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	180	8,0	10,2	25,4	225,8	0,1	1,1	41,0	0,2	228,5	227,3	65,4	3,4	0,3	17,9	120221
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Омлет натуральный, запеченный	50	5,2	5,6	1,0	75,3	0,0	0,1	5,3	0,2	39,4	85,9	6,6	1,0	0,2	8,9	120301
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>15,0</b>	<b>16,5</b>	<b>61,3</b>	<b>453,3</b>	<b>0,2</b>	<b>1,2</b>	<b>46,3</b>	<b>0,8</b>	<b>281,3</b>	<b>338,2</b>	<b>75,8</b>	<b>4,9</b>	<b>0,5</b>	<b>26,9</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	1,5	0,5	21,0	94,5	0,0	10,0	0,0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6	0,1	0,0	210103
	<b>Итого:</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>94,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>	<b>8,0</b>	<b>28,0</b>	<b>42,0</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат овощной с фасолью	60	1,5	6,2	7,8	93,0	0,1	4,4	0,0	2,7	26,3	43,3	14,3	0,6	0,0	2,6	100501-1
2	Суп из овощей на мясном бульоне	200	2,3	4,3	12,9	99,3	0,1	17,7	0,0	1,9	81,2	60,9	25,1	0,9	0,1	4,5	110305-1B
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	200	19,6	18,8	35,4	389,3	0,3	20,0	18,0	0,6	48,5	272,0	62,2	4,0	0,3	16,7	120534
4	Кисель из клюквы быстрозамороженной	200	0,1	0,0	24,1	96,8	0,0	1,5	0,0	0,1	7,3	6,5	1,5	0,1	0,0	0,0	160203-1
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102

6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>26,3</b>	<b>30,2</b>	<b>98,4</b>	<b>770,2</b>	<b>0,5</b>	<b>43,6</b>	<b>18,0</b>	<b>5,9</b>	<b>218,0</b>	<b>449,6</b>	<b>110,8</b>	<b>6,5</b>	<b>0,4</b>	<b>25,8</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Запеканка со свежими плодами	100	4,6	4,5	23,9	154,3	0,1	1,8	14,0	0,1	73,1	98,9	26,2	1,1	0,1	6,2	120239
2	Булочка Городская	30	2,5	2,1	14,8	87,9	0,0	0,0	5,6	0,3	14,8	27,7	4,2	0,3	0,0	1,6	190102
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>11,8</b>	<b>11,7</b>	<b>46,2</b>	<b>337,6</b>	<b>0,2</b>	<b>2,9</b>	<b>43,6</b>	<b>0,5</b>	<b>281,5</b>	<b>272,2</b>	<b>52,9</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>22,2</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Капуста, тушеная с мясом	200	5,8	8,4	13,8	154,5	0,1	50,0	0,0	2,9	305,1	88,6	35,0	1,6	0,1	6,4	120517-1
2	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Напиток из плодов сухих (изюм)	200	0,3	0,1	21,9	89,2	0,0	0,0	0,1	0,1	10,0	15,5	5,0	0,4	0,0	0,0	160242
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>9,2</b>	<b>12,7</b>	<b>64,1</b>	<b>407,2</b>	<b>0,1</b>	<b>50,0</b>	<b>2,1</b>	<b>4,0</b>	<b>325,6</b>	<b>138,9</b>	<b>46,6</b>	<b>2,7</b>	<b>0,1</b>	<b>6,4</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>63,8</b>	<b>71,5</b>	<b>291,0</b>	<b>2062,8</b>	<b>1,0</b>	<b>107,6</b>	<b>110,0</b>	<b>11,6</b>	<b>1114,4</b>	<b>1226,9</b>	<b>328,1</b>	<b>16,2</b>	<b>1,4</b>	<b>81,3</b>	
<b>День 10 (пятница)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет с сыром запеченный	50	5,6	7,1	0,8	90,0	0,0	0,1	17,0	0,2	70,1	97,9	7,2	0,9	0,2	8,3	120302
2	Каша вязкая молочная "Дружба"	180	7,4	8,1	37,8	253,3	0,1	0,8	31,1	0,2	172,2	192,9	43,0	0,8	0,2	13,5	120211
3	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,9	3,8	17,7	120,8	0,0	0,7	18,0	0,0	145,5	109,2	16,8	0,2	0,2	10,8	160104
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>18,7</b>	<b>19,6</b>	<b>81,2</b>	<b>576,3</b>	<b>0,2</b>	<b>1,6</b>	<b>66,1</b>	<b>0,7</b>	<b>397,5</b>	<b>419,2</b>	<b>70,8</b>	<b>2,4</b>	<b>0,5</b>	<b>32,6</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,3	7,8	35,5	0,0	8,0	0,0	0,2	12,8	8,8	7,2	1,8	0,0	1,6	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,8</b>	<b>35,5</b>	<b>0,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>12,8</b>	<b>8,8</b>	<b>7,2</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>1,6</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,8	6,8	6,5	95,0	0,1	4,9	0,0	2,7	29,5	40,9	11,4	0,6	0,1	3,6	100531
2	Рассольник Ленинградский	200	1,8	2,3	13,5	82,3	0,1	7,4	0,0	1,0	17,6	57,5	20,7	0,8	0,1	3,9	110201В
3	Печень по-строгановски	70	9,6	3,8	1,9	80,3	0,2	17,7	2493,2	0,5	106,3	185,0	10,5	7,8	1,1	7,0	120536В
4	Изделия макаронные отварные	180	6,6	6,2	42,3	251,0	0,1	0,0	0,0	3,3	18,0	53,6	10,0	1,0	0,0	0,9	130401В
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>23,5</b>	<b>20,1</b>	<b>97,5</b>	<b>665,4</b>	<b>0,5</b>	<b>90,0</b>	<b>2493,2</b>	<b>8,3</b>	<b>236,5</b>	<b>414,3</b>	<b>66,2</b>	<b>13,2</b>	<b>1,3</b>	<b>17,4</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Оладьи	100	7,4	7,0	43,5	266,2	0,1	0,2	4,3	3,1	51,5	82,4	13,8	0,8	0,1	4,0	120702
2	Повидло	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,1	0,0	0,0	0,6	0,9	0,4	0,1	0,0	0,0	140210
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>12,2</b>	<b>12,1</b>	<b>54,3</b>	<b>374,7</b>	<b>0,1</b>	<b>1,2</b>	<b>28,3</b>	<b>3,1</b>	<b>245,7</b>	<b>228,9</b>	<b>36,6</b>	<b>1,1</b>	<b>0,3</b>	<b>18,4</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Гуляш из отварной птицы	50	7,1	5,9	0,8	85,0	0,0	1,1	22,5	0,0	6,7	52,2	6,6	0,5	0,0	1,9	120601-1
2	Свекла тушеная	180	3,2	6,0	16,8	133,9	0,0	18,6	25,2	0,3	129,6	86,8	41,8	2,6	0,1	14,1	130209
3	Компот из плодов свежих	200	0,1	0,1	21,4	86,1	0,0	1,4	0,0	0,0	2,8	1,5	1,3	0,4	0,0	0,3	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>11,9</b>	<b>12,6</b>	<b>49,0</b>	<b>356,8</b>	<b>0,1</b>	<b>21,2</b>	<b>47,7</b>	<b>0,7</b>	<b>143,8</b>	<b>157,3</b>	<b>52,3</b>	<b>3,8</b>	<b>0,1</b>	<b>16,3</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>66,6</b>	<b>64,7</b>	<b>289,8</b>	<b>2008,7</b>	<b>0,9</b>	<b>122,1</b>	<b>2635,3</b>	<b>12,9</b>	<b>1036,4</b>	<b>1228,5</b>	<b>233,0</b>	<b>22,2</b>	<b>2,3</b>	<b>86,3</b>	



<b>Итого за 5 дней</b>		<b>67,83</b>	<b>65,29</b>	<b>293,15</b>	<b>2031,53</b>	<b>1,41</b>	<b>115,96</b>	<b>620,68</b>	<b>12,98</b>	<b>1082,05</b>	<b>1287,27</b>	<b>289,86</b>	<b>17,95</b>	<b>1,47</b>	<b>104,04</b>		
<b>День 11 (понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша пшеничная молочная	180	9,2	8,9	39,6	275,0	0,2	0,8	31,9	0,2	184,0	228,7	55,3	1,3	0,2	14,9	120201
2	Омлет с морковью	50	4,0	6,2	1,9	78,7	0,0	0,7	12,1	0,2	42,2	72,9	10,5	0,8	0,1	7,5	123457
2	Чай с лимоном	200	0,2	0,0	10,6	43,3	0,0	8,0	0,0	0,0	11,8	10,2	2,4	0,2	0,0	0,0	160106
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		<b>15,0</b>	<b>15,7</b>	<b>77,0</b>	<b>509,1</b>	<b>0,3</b>	<b>9,6</b>	<b>44,0</b>	<b>0,8</b>	<b>247,7</b>	<b>330,9</b>	<b>72,1</b>	<b>2,8</b>	<b>0,4</b>	<b>22,4</b>		
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,2	8,2	36,4	0,0	4,0	0,0	0,3	15,2	12,8	9,6	1,8	0,0	0,8	210104
<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,2</b>	<b>36,4</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>15,2</b>	<b>12,8</b>	<b>9,6</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>		
<b>Обед</b>																	
1	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,8	6,1	5,0	77,8	0,0	5,7	0,0	2,7	21,5	24,6	12,5	0,8	0,0	4,0	100407
2	Уха ростовская	200	5,6	4,4	11,4	107,7	0,1	12,3	2,5	2,2	103,9	173,7	26,8	0,9	0,1	41,2	110316
3	Голубцы ленивые	200	13,3	15,9	19,8	275,3	0,1	44,1	4,0	3,5	311,7	168,4	43,9	2,5	0,1	8,3	120542
4	Компот из плодов сухих	200	0,3	0,1	27,9	113,1	0,0	0,0	0,1	0,1	10,2	15,5	5,0	0,4	0,0	0,0	160209-2
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>		<b>22,9</b>	<b>27,3</b>	<b>82,2</b>	<b>665,8</b>	<b>0,3</b>	<b>62,0</b>	<b>6,6</b>	<b>9,0</b>	<b>502,0</b>	<b>448,9</b>	<b>95,8</b>	<b>5,5</b>	<b>0,3</b>	<b>55,5</b>		
<b>Полдник</b>																	
1	Макароны, запеченные с яйцом	100	5,4	4,3	19,3	137,7	0,1	0,1	8,9	0,5	38,6	69,5	8,8	0,8	0,1	5,3	120213-1
2	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
<b>Итого:</b>		<b>11,6</b>	<b>13,0</b>	<b>45,3</b>	<b>344,8</b>	<b>0,1</b>	<b>1,1</b>	<b>34,9</b>	<b>1,2</b>	<b>238,0</b>	<b>233,1</b>	<b>35,2</b>	<b>1,4</b>	<b>0,3</b>	<b>19,7</b>		
<b>Ужин</b>																	
1	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	50	8,0	6,4	6,3	114,3	0,0	0,0	0,0	0,4	7,2	81,2	9,9	1,2	0,1	2,6	120540
2	Картофель отварной	180	3,7	4,3	30,5	176,1	0,2	18,7	0,0	1,8	31,4	109,3	43,3	1,7	0,1	9,4	130103B
3	Папйоток яблочный	200	0,1	0,1	21,4	86,1	0,0	1,4	0,0	0,0	2,8	1,5	1,3	0,4	0,0	0,3	160217 160230
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		<b>13,4</b>	<b>11,4</b>	<b>68,1</b>	<b>428,3</b>	<b>0,3</b>	<b>20,1</b>	<b>0,0</b>	<b>2,5</b>	<b>46,2</b>	<b>208,9</b>	<b>57,0</b>	<b>3,5</b>	<b>0,2</b>	<b>12,3</b>		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>		<b>63,2</b>	<b>67,6</b>	<b>280,9</b>	<b>1984,5</b>	<b>1,0</b>	<b>96,8</b>	<b>85,4</b>	<b>13,8</b>	<b>1049,1</b>	<b>1234,6</b>	<b>269,7</b>	<b>15,0</b>	<b>1,2</b>	<b>110,7</b>		
<b>День 12 (вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет патуральный, запеченный	50	5,2	5,6	1,0	75,3	0,0	0,1	5,3	0,2	39,4	85,9	6,6	1,0	0,2	8,9	120301
2	Каша молочная пшеничная жидкая	180	8,7	9,0	36,1	260,3	0,1	0,9	36,2	0,7	200,0	232,8	42,9	1,8	0,2	14,0	120250
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		<b>19,5</b>	<b>18,6</b>	<b>81,5</b>	<b>571,5</b>	<b>2,6</b>	<b>1,6</b>	<b>56,5</b>	<b>1,3</b>	<b>390,4</b>	<b>452,8</b>	<b>83,3</b>	<b>5,0</b>	<b>0,6</b>	<b>40,0</b>		
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	1,5	0,5	21,0	94,5	0,0	10,0	0,0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6	0,1	0,0	210103
<b>Итого:</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>94,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>	<b>8,0</b>	<b>28,0</b>	<b>42,0</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>		
<b>Обед</b>																	
1	Салат овощной с фасолью	60	1,5	6,2	7,8	93,0	0,1	4,4	0,0	2,7	26,3	43,3	14,3	0,6	0,0	2,6	100501-1

2	Борщи с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,6	3,4	9,9	84,8	0,0	11,9	12,0	0,2	51,5	39,7	18,7	0,9	0,0	4,5	110109B
3	Гуляш из отварного мяса	70	11,3	10,4	2,1	147,6	0,0	0,8	4,8	0,3	10,0	112,9	14,8	1,6	0,1	4,4	120549
4	Рис отварной	180	4,4	6,0	49,1	268,4	0,1	0,0	0,0	2,6	6,7	94,9	31,6	0,6	0,0	0,9	130301B
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>24,5</b>	<b>27,1</b>	<b>102,2</b>	<b>750,7</b>	<b>0,3</b>	<b>77,0</b>	<b>16,8</b>	<b>6,5</b>	<b>159,7</b>	<b>368,2</b>	<b>93,0</b>	<b>6,7</b>	<b>0,2</b>	<b>14,4</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Запеканка овощная	100	3,5	2,8	8,3	72,1	0,0	1,5	15,5	0,2	95,2	54,6	6,7	0,3	0,0	2,7	130223
3	Ватрушка с повидлом	40	2,5	1,6	24,0	120,5	0,0	0,3	1,2	0,7	17,0	29,8	5,3	0,5	0,0	1,4	190301-1
4	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>10,8</b>	<b>9,5</b>	<b>39,8</b>	<b>287,9</b>	<b>0,1</b>	<b>2,8</b>	<b>40,7</b>	<b>0,9</b>	<b>305,8</b>	<b>230,0</b>	<b>34,5</b>	<b>1,0</b>	<b>0,3</b>	<b>18,5</b>	
<b>Ужин</b>																	
2	Горошек зеленый консервированный	30	0,9	0,7	2,0	17,5	0,0	3,0	0,0	0,3	46,8	18,6	6,3	0,2	0,0	1,5	130206
1	Капуста, тушенная с мясом	200	5,8	8,4	13,8	154,5	0,1	50,0	0,0	2,9	305,1	88,6	35,0	1,6	0,1	6,4	120517-1
3	Компот из плодов свежих (апельсин)	200	0,3	0,1	24,4	99,3	0,0	18,0	0,0	0,1	10,9	6,9	3,9	0,2	0,0	0,6	160212
4	Мармелад	18	0,0	0,0	17,3	69,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,7	0,2	0,4	0,1	0,0	18,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>8,7</b>	<b>9,8</b>	<b>67,5</b>	<b>392,4</b>	<b>0,1</b>	<b>71,0</b>	<b>0,0</b>	<b>3,7</b>	<b>368,2</b>	<b>131,1</b>	<b>48,1</b>	<b>2,3</b>	<b>0,1</b>	<b>26,5</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см. приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>64,9</b>	<b>65,5</b>	<b>312,0</b>	<b>2097,1</b>	<b>3,1</b>	<b>162,4</b>	<b>114,0</b>	<b>12,7</b>	<b>1232,0</b>	<b>1210,0</b>	<b>301,0</b>	<b>15,5</b>	<b>1,3</b>	<b>99,3</b>	
<b>День 13 (среда)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	8,2	11,2	30,0	254,1	0,2	1,0	40,1	0,5	208,5	236,4	58,0	1,2	0,2	16,4	120224
2	Омлет с сыром запеченный	50	5,6	7,1	0,8	90,0	0,0	0,1	17,0	0,2	70,1	97,9	7,2	0,9	0,2	8,3	120302
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>15,6</b>	<b>18,9</b>	<b>65,8</b>	<b>496,1</b>	<b>0,2</b>	<b>1,0</b>	<b>57,1</b>	<b>1,1</b>	<b>292,1</b>	<b>359,3</b>	<b>69,0</b>	<b>2,7</b>	<b>0,4</b>	<b>24,7</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	80	0,3	0,3	7,8	35,5	0,0	8,0	0,0	0,2	12,8	8,8	7,2	1,8	0,0	1,6	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,8</b>	<b>35,5</b>	<b>0,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>12,8</b>	<b>8,8</b>	<b>7,2</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>1,6</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Винегрет	60	1,0	6,1	5,5	80,7	0,0	5,0	0,0	2,7	22,9	28,4	12,4	0,5	0,0	2,9	100501
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,5	4,2	14,2	117,2	0,2	5,1	0,0	1,9	26,4	75,7	27,4	1,4	0,1	3,3	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,2	37,0	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601
4	Рыба (филе) запеченная	70	13,7	3,3	2,9	96,5	0,1	0,8	8,3	2,0	291,1	425,2	25,5	0,5	0,1	124,0	120408
5	Изделия макаронные отварные	180	6,6	6,2	42,3	251,0	0,1	0,0	0,0	3,3	18,0	53,6	10,0	1,0	0,0	0,9	130401B
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	200	1,0	0,2	20,2	86,6	0,0	80,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
8	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>31,8</b>	<b>21,3</b>	<b>110,4</b>	<b>760,9</b>	<b>0,5</b>	<b>90,9</b>	<b>8,3</b>	<b>10,9</b>	<b>430,5</b>	<b>675,7</b>	<b>92,8</b>	<b>7,2</b>	<b>0,2</b>	<b>133,0</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Оладьи	100	7,4	7,0	43,5	266,2	0,1	0,2	4,3	3,1	51,5	82,4	13,8	0,8	0,1	4,0	120702
2	Повидло	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,1	0,0	0,0	0,6	0,9	0,4	0,1	0,0	0,0	140210
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>12,2</b>	<b>12,1</b>	<b>54,3</b>	<b>374,7</b>	<b>0,1</b>	<b>1,2</b>	<b>28,3</b>	<b>3,1</b>	<b>245,7</b>	<b>228,9</b>	<b>36,6</b>	<b>1,1</b>	<b>0,3</b>	<b>18,4</b>	
<b>Ужин</b>																	

1	Котлеты рубленые из птицы (цыплята) собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	6,1	5,6	5,8	98,5	0,0	0,5	22,1	0,2	33,1	61,8	7,5	0,5	0,1	2,6	120619
2	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	7,4	34,2	233,5	0,3	0,0	0,0	2,9	13,6	179,1	120,0	9,6	0,1	3,1	130309B
3	Кисель абрикосовый	200	0,5	0,0	19,2	79,1	0,0	0,4	0,0	0,6	20,2	18,5	10,5	1,1	0,0	0,0	160219 160228
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>15,8</b>	<b>13,6</b>	<b>69,2</b>	<b>462,9</b>	<b>0,3</b>	<b>0,9</b>	<b>22,1</b>	<b>3,9</b>	<b>71,6</b>	<b>276,1</b>	<b>140,6</b>	<b>11,5</b>	<b>0,2</b>	<b>5,6</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см. приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>75,7</b>	<b>66,3</b>	<b>307,6</b>	<b>2130,3</b>	<b>1,2</b>	<b>102,1</b>	<b>115,7</b>	<b>19,1</b>	<b>1052,7</b>	<b>1548,9</b>	<b>346,2</b>	<b>24,2</b>	<b>1,1</b>	<b>183,3</b>	
<b>День 14 (четверг)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	8,1	8,8	33,1	243,7	0,1	1,0	36,7	0,5	216,9	181,8	29,3	0,5	0,2	15,9	120205
2	Какао на молоке	200	3,7	3,5	14,6	104,5	0,0	0,5	13,5	0,0	114,3	108,1	29,6	1,0	0,1	8,1	160101
3	Омлет с морковью	50	4,0	6,2	1,9	78,7	0,0	0,7	12,1	0,2	42,2	72,9	10,5	0,8	0,1	7,5	123457
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>17,3</b>	<b>19,0</b>	<b>59,6</b>	<b>478,7</b>	<b>0,1</b>	<b>2,3</b>	<b>62,3</b>	<b>1,0</b>	<b>378,1</b>	<b>379,6</b>	<b>72,0</b>	<b>2,5</b>	<b>0,5</b>	<b>31,5</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	80	0,3	0,2	8,2	36,4	0,0	4,0	0,0	0,3	15,2	12,8	9,6	1,8	0,0	0,8	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,2</b>	<b>36,4</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>15,2</b>	<b>12,8</b>	<b>9,6</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Салат картофельный с зеленым горошком	60	1,8	6,8	6,5	95,0	0,1	4,9	0,0	2,7	29,5	40,9	11,4	0,6	0,1	3,6	100531
2	Суп с клецками на мясном бульоне	200	7,4	1,5	19,5	121,4	0,1	3,4	0,0	0,4	18,4	60,0	15,8	0,8	0,1	4,3	110332-2
3	Запеканка картофельная с мясом отварным	200	19,6	18,8	35,4	389,3	0,3	20,0	18,0	0,6	48,5	272,0	62,2	4,0	0,3	16,7	120534
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>32,5</b>	<b>28,2</b>	<b>94,7</b>	<b>762,5</b>	<b>0,5</b>	<b>88,4</b>	<b>18,0</b>	<b>4,5</b>	<b>161,6</b>	<b>450,2</b>	<b>103,1</b>	<b>8,4</b>	<b>0,4</b>	<b>26,6</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Запеканка со свежими плодами	100	4,6	4,5	23,9	154,3	0,1	1,8	14,0	0,1	73,1	98,9	26,2	1,1	0,1	6,2	120239
2	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>10,8</b>	<b>13,2</b>	<b>49,9</b>	<b>361,4</b>	<b>0,2</b>	<b>2,8</b>	<b>40,0</b>	<b>0,8</b>	<b>272,5</b>	<b>262,5</b>	<b>52,6</b>	<b>1,7</b>	<b>0,3</b>	<b>20,6</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Тефтели мясные с соусом собственного производства	50	4,2	4,2	5,7	77,2	0,0	1,2	0,8	0,7	13,9	49,4	7,8	0,7	0,0	2,0	120539
2	Рагу из овощей	180	3,1	9,3	21,1	180,1	0,1	13,9	0,0	4,2	32,5	85,1	39,2	1,3	0,1	6,7	130203
3	Напиток витаминный	200	0,5	0,2	29,1	119,6	0,0	52,0	0,0	0,3	11,8	11,7	4,7	0,5	0,0	0,0	160238
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>9,4</b>	<b>14,2</b>	<b>65,9</b>	<b>428,7</b>	<b>0,2</b>	<b>67,1</b>	<b>0,8</b>	<b>5,6</b>	<b>62,9</b>	<b>163,0</b>	<b>54,3</b>	<b>2,8</b>	<b>0,2</b>	<b>8,6</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см. приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>70,3</b>	<b>74,8</b>	<b>278,3</b>	<b>2067,7</b>	<b>1,0</b>	<b>164,6</b>	<b>121,2</b>	<b>12,2</b>	<b>890,3</b>	<b>1268,2</b>	<b>291,6</b>	<b>17,2</b>	<b>1,5</b>	<b>88,1</b>	
<b>День 15 (пятница)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет натуральный, запеченный	50	5,2	5,6	1,0	75,3	0,0	0,1	5,3	0,2	39,4	85,9	6,6	1,0	0,2	8,9	120301
2	Кофейный напиток из цикория с молоком	200	3,9	3,8	17,7	120,8	0,0	0,7	18,0	0,0	145,5	109,2	16,8	0,2	0,2	10,8	160104
3	Каша молочная пшеничная жидкая	180	8,7	9,0	36,1	260,3	0,1	0,9	36,2	0,7	200,0	232,8	42,9	1,8	0,2	14,0	120250
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102

<b>Итого:</b>		<b>19,4</b>	<b>19,1</b>	<b>64,7</b>	<b>508,3</b>	<b>0,2</b>	<b>1,7</b>	<b>59,5</b>	<b>1,3</b>	<b>389,6</b>	<b>444,7</b>	<b>68,9</b>	<b>3,1</b>	<b>0,6</b>	<b>33,8</b>		
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	1,5	0,5	21,0	94,5	0,0	10,0	0,0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6	0,1	0,0	210103
<b>Итого:</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>94,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>	<b>8,0</b>	<b>28,0</b>	<b>42,0</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>		
<b>Обед</b>																	
1	Салат Мозанка	60	1,7	4,4	6,1	71,1	0,1	4,2	0,0	1,7	22,2	41,1	15,1	0,6	0,1	3,8	100515-1
2	Щи из капусты свежей на бульоне мясным с мелкошинкованными овощами	200	3,8	1,8	6,5	57,3	0,0	15,6	6,0	0,1	84,2	33,6	16,2	0,6	0,0	3,0	110111В
3	Суфле из отварного мяса (говядина)	70	11,6	11,1	6,0	169,9	0,1	0,1	3,2	1,0	41,0	138,1	15,9	1,7	0,2	8,0	120537
4	Рис отварной	180	4,4	6,0	49,1	268,4	0,1	0,0	0,0	2,6	6,7	94,9	31,6	0,6	0,0	0,9	130301В
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	200	1,0	0,2	20,2	86,6	0,0	80,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>		<b>25,5</b>	<b>24,3</b>	<b>106,1</b>	<b>745,2</b>	<b>0,3</b>	<b>100,0</b>	<b>9,2</b>	<b>6,2</b>	<b>222,8</b>	<b>388,5</b>	<b>94,5</b>	<b>7,1</b>	<b>0,3</b>	<b>17,6</b>		
<b>Полдник</b>																	
1	Макаронь, запеченные с сыром	100	5,5	4,2	24,5	157,2	0,1	0,0	24,2	0,6	79,0	68,8	8,1	0,6	0,0	0,7	120213
2	Булочка Любимая	30	2,7	1,7	15,2	87,6	0,0	0,1	4,1	0,4	17,7	31,6	4,8	0,3	0,0	1,8	190107
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
<b>Итого:</b>		<b>13,0</b>	<b>11,0</b>	<b>47,2</b>	<b>340,2</b>	<b>0,1</b>	<b>1,1</b>	<b>52,3</b>	<b>0,9</b>	<b>290,3</b>	<b>246,0</b>	<b>35,4</b>	<b>1,1</b>	<b>0,3</b>	<b>16,9</b>		
<b>Ужин</b>																	
1	Тефтели рыбные	50	6,6	1,1	5,6	58,5	0,0	0,9	5,6	0,5	133,6	195,2	13,2	0,4	0,0	53,5	120403
2	Пюре картофельное	180	4,0	5,2	25,9	166,4	0,2	15,1	4,9	1,7	64,9	116,9	39,1	1,4	0,2	10,4	130101В
3	Компот из плодов свежих	200	0,1	0,1	21,4	86,1	0,0	1,4	0,0	0,0	2,8	1,5	1,3	0,4	0,0	0,3	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		<b>12,3</b>	<b>6,9</b>	<b>62,8</b>	<b>362,9</b>	<b>0,3</b>	<b>17,4</b>	<b>10,5</b>	<b>2,6</b>	<b>206,1</b>	<b>330,4</b>	<b>56,2</b>	<b>2,4</b>	<b>0,2</b>	<b>64,1</b>		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>		<b>71,7</b>	<b>61,9</b>	<b>301,9</b>	<b>2051,0</b>	<b>0,9</b>	<b>130,1</b>	<b>131,5</b>	<b>11,4</b>	<b>1116,8</b>	<b>1437,7</b>	<b>296,9</b>	<b>14,4</b>	<b>1,4</b>	<b>132,4</b>		
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>69,17</b>	<b>67,22</b>	<b>296,12</b>	<b>2066,10</b>	<b>1,43</b>	<b>131,20</b>	<b>113,55</b>	<b>13,86</b>	<b>1068,17</b>	<b>1339,89</b>	<b>301,08</b>	<b>17,27</b>	<b>1,30</b>	<b>122,77</b>		
<b>День 16 (Понедельник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша пшеничная молочная	180	9,2	8,9	39,6	275,0	0,2	0,8	31,9	0,2	184,0	228,7	55,3	1,3	0,2	14,9	120201
2	Чай с лимоном	200	0,2	0,0	10,6	43,3	0,0	8,0	0,0	0,0	11,8	10,2	2,4	0,2	0,0	0,0	160106
3	Омлет с горошком зеленым запеченный	50	3,5	4,3	1,7	59,2	0,0	1,1	7,8	0,2	50,9	63,0	7,3	0,6	0,1	6,4	123456
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		<b>16,1</b>	<b>14,4</b>	<b>86,9</b>	<b>541,4</b>	<b>0,3</b>	<b>9,9</b>	<b>39,7</b>	<b>1,0</b>	<b>261,1</b>	<b>337,8</b>	<b>71,4</b>	<b>2,8</b>	<b>0,3</b>	<b>21,3</b>		
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Плоды и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	0,9	0,2	8,1	37,8	0,0	60,0	0,0	0,2	34,0	23,0	13,0	0,3	0,0	2,0	210102
<b>Итого:</b>		<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>8,1</b>	<b>37,8</b>	<b>0,0</b>	<b>60,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>34,0</b>	<b>23,0</b>	<b>13,0</b>	<b>0,3</b>	<b>0,0</b>	<b>2,0</b>		
<b>Обед</b>																	
1	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,2	6,1	3,9	74,9	0,0	4,1	0,0	2,8	47,6	33,7	17,9	0,4	0,0	2,9	100530
2	Рассольник Ленинградский	200	1,8	2,3	13,5	82,3	0,1	7,4	0,0	1,0	17,6	57,5	20,7	0,8	0,1	3,9	110201В
3	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным	70	7,5	8,5	8,4	140,0	0,0	0,1	3,9	1,3	21,9	82,8	10,7	1,0	0,1	3,4	120535
4	Каша гречневая рассыпчатая	180	7,6	7,4	34,2	233,5	0,3	0,0	0,0	2,9	13,6	179,1	120,0	9,6	0,1	3,1	130309В
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	16,4	80,1	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103

<b>Итого:</b>		24,6	26,0	111,6	779,3	0,5	71,6	3,9	9,2	220,6	497,2	190,4	15,7	0,3	17,2		
<b>Полдник</b>																	
1	Запеканка овощная	120	4,2	3,3	9,9	86,5	0,0	1,9	18,6	0,2	114,3	65,5	8,1	0,4	0,1	3,3	130223
2	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
<b>Итого:</b>		9,0	8,5	17,5	181,8	0,1	2,8	42,6	0,2	307,9	211,1	30,5	0,6	0,3	17,7		
<b>Ужин</b>																	
1	Печень по-строгановски	50	6,9	2,7	1,3	57,4	0,1	12,7	1780,9	0,4	75,9	132,1	7,5	5,6	0,8	5,0	120536В
2	Изделия макаронные отварные	180	6,6	6,2	42,3	251,0	0,1	0,0	0,0	3,3	18,0	53,6	10,0	1,0	0,0	0,9	130401В
3	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Компот из плодов свежих (яблоки)	200	0,1	0,1	22,9	93,2	0,0	3,0	0,0	0,1	5,4	3,3	2,7	0,7	0,0	0,6	160209
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		18,2	13,8	104,9	616,9	0,3	15,7	1782,9	5,1	114,5	240,6	29,4	8,2	0,9	6,5		
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>		68,9	62,9	329,0	2157,3	1,2	160,0	1869,0	15,7	938,1	1309,8	334,7	27,6	1,8	64,7		
<b>День 17 (Вторник)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет с сыром запеченный	50	5,6	7,1	0,8	90,0	0,0	0,1	17,0	0,2	70,1	97,9	7,2	0,9	0,2	8,3	120302
2	Каша жидкая на молоке (манная)	180	8,1	8,8	33,1	243,7	0,1	1,0	36,7	0,5	216,9	181,8	29,3	0,5	0,2	15,9	120205
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		19,2	19,9	78,4	569,5	2,5	1,7	68,7	1,0	438,0	413,8	70,3	3,7	0,6	41,2		
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,3	7,8	35,5	0,0	8,0	0,0	0,2	12,8	8,8	7,2	1,8	0,0	1,6	210110
<b>Итого:</b>		0,3	0,3	7,8	35,5	0,0	8,0	0,0	0,2	12,8	8,8	7,2	1,8	0,0	1,6		
<b>Обед</b>																	
1	Салат Осенний	60	1,1	3,2	7,5	62,8	0,0	5,7	0,0	1,4	16,0	33,7	15,9	0,6	0,0	3,5	100516
2	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,6	3,4	9,9	84,8	0,0	11,9	12,0	0,2	51,5	39,7	18,7	0,9	0,0	4,5	110109В
3	Бефстроганов из мяса отварного	70	10,8	10,0	1,7	139,9	0,0	0,1	3,2	0,3	7,6	110,4	13,9	1,6	0,1	4,2	120548В
4	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	180	4,1	6,2	33,1	204,3	0,2	20,3	0,0	2,6	32,1	118,1	46,8	1,8	0,2	10,1	130106
5	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	200	1,0	0,2	20,2	86,6	0,0	80,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
<b>Итого:</b>		23,5	23,8	90,6	670,4	0,4	118,0	15,2	5,2	175,9	382,7	110,9	8,6	0,4	24,3		
<b>Полдник</b>																	
1	Оладьи	100	7,4	7,0	43,5	266,2	0,1	0,2	4,3	3,1	51,5	82,4	13,8	0,8	0,1	4,0	120702
2	Повидло	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,1	0,0	0,0	0,6	0,9	0,4	0,1	0,0	0,0	140210
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
<b>Итого:</b>		12,2	12,1	54,3	374,7	0,1	1,2	28,3	3,1	245,7	228,9	36,6	1,1	0,3	18,4		
<b>Ужин</b>																	
1	Фрикадельки мясные паровые собственного производства	50	8,0	6,4	6,3	114,3	0,0	0,0	0,0	0,4	7,2	81,2	9,9	1,2	0,1	2,6	120540
2	Капуста тушеная	180	3,8	7,4	13,4	135,6	0,1	58,0	0,0	3,5	350,2	77,0	39,6	1,4	0,1	6,7	130201
3	Напиток смородина	200	0,1	0,0	16,9	68,4	0,0	12,0	0,0	0,1	4,8	4,0	3,7	0,2	0,0	0,1	160207 160229
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>		13,5	14,4	46,5	370,1	0,1	70,0	0,0	4,3	366,9	178,9	55,8	3,0	0,2	9,5		

1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0
	<b>Итого за день</b>		<b>68,8</b>	<b>70,5</b>	<b>277,6</b>	<b>2020,3</b>	<b>3,3</b>	<b>198,9</b>	<b>112,2</b>	<b>13,7</b>	<b>1239,2</b>	<b>1213,1</b>	<b>280,7</b>	<b>18,1</b>	<b>1,4</b>	<b>95,0</b>	
<b>День 18 (Среда)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	180	8,2	11,2	30,0	254,1	0,2	1,0	40,1	0,5	208,5	236,4	58,0	1,2	0,2	16,4	120224
2	Чай с сахаром	200	0,0	0,0	10,0	40,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,8	5,8	0,0	0,0	0,0	0,0	160105
3	Омлет с морковью	50	4,0	6,2	1,9	78,7	0,0	0,7	12,1	0,2	42,2	72,9	10,5	0,8	0,1	7,5	123457
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>13,9</b>	<b>18,0</b>	<b>66,8</b>	<b>484,9</b>	<b>0,2</b>	<b>1,7</b>	<b>52,2</b>	<b>1,1</b>	<b>264,2</b>	<b>334,3</b>	<b>72,4</b>	<b>2,5</b>	<b>0,4</b>	<b>24,0</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	80	0,3	0,2	8,2	36,4	0,0	4,0	0,0	0,3	15,2	12,8	9,6	1,8	0,0	0,8	210104
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,2</b>	<b>8,2</b>	<b>36,4</b>	<b>0,0</b>	<b>4,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,3</b>	<b>15,2</b>	<b>12,8</b>	<b>9,6</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>0,8</b>	
<b>Обед</b>																	
1	Винегрет	60	1,0	6,1	5,5	80,7	0,0	5,0	0,0	2,7	22,9	28,4	12,4	0,5	0,0	2,9	100501
2	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на бульоне из птицы	200	4,6	3,7	12,4	101,2	0,0	1,2	14,7	0,3	9,7	26,9	6,9	0,5	0,0	1,0	110333
3	Канюта, тушеная с мясом	200	5,8	8,4	13,8	154,5	0,1	50,0	0,0	2,9	305,1	88,6	35,0	1,6	0,1	6,4	120517-1
4	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
4	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	200	1,0	0,2	20,2	86,6	0,0	80,0	0,0	0,2	14,0	14,0	8,0	2,8	0,0	0,0	
5	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	40	3,2	1,2	20,0	103,6	0,0	0,0	0,0	0,7	9,4	33,6	5,2	0,5	0,0	0,0	200102
6	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	16,4	80,1	0,0	0,0	0,0	0,4	100,0	100,0	10,0	1,2	0,0	4,0	200103
	<b>Итого:</b>		<b>19,7</b>	<b>23,6</b>	<b>106,8</b>	<b>718,4</b>	<b>0,3</b>	<b>136,1</b>	<b>16,7</b>	<b>7,9</b>	<b>466,9</b>	<b>309,5</b>	<b>81,6</b>	<b>7,5</b>	<b>0,2</b>	<b>14,2</b>	
<b>Полдник</b>																	
1	Пудинг манный	100	4,4	4,3	26,4	161,7	0,0	0,2	12,8	0,4	39,7	56,3	8,8	0,4	0,1	4,0	120229
2	Соус абрикосовый	5	0,0	0,0	3,3	13,2	0,0	0,0	0,0	0,0	1,0	0,8	0,6	0,1	0,0	0,0	140206 160206-1
4	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>9,2</b>	<b>9,4</b>	<b>37,2</b>	<b>270,3</b>	<b>0,1</b>	<b>1,1</b>	<b>36,8</b>	<b>0,5</b>	<b>234,3</b>	<b>202,7</b>	<b>31,7</b>	<b>0,7</b>	<b>0,3</b>	<b>18,4</b>	
<b>Ужин</b>																	
1	Тефтели рыбные	50	6,6	1,1	5,6	58,5	0,0	0,9	5,6	0,5	133,6	195,2	13,2	0,4	0,0	53,5	120403
2	Картофель отварной	180	3,7	4,3	30,5	176,1	0,2	18,7	0,0	1,8	31,4	109,3	43,3	1,7	0,1	9,4	130103В
3	Паниток из цитрусовых	200	0,1	0,0	22,7	91,3	0,0	5,5	0,0	0,0	6,0	2,8	1,6	0,1	0,0	0,0	160234
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>12,1</b>	<b>6,0</b>	<b>68,8</b>	<b>377,8</b>	<b>0,3</b>	<b>25,1</b>	<b>5,6</b>	<b>2,6</b>	<b>175,7</b>	<b>324,1</b>	<b>60,7</b>	<b>2,4</b>	<b>0,2</b>	<b>62,8</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>55,3</b>	<b>57,3</b>	<b>287,8</b>	<b>1887,8</b>	<b>0,9</b>	<b>168,0</b>	<b>111,3</b>	<b>12,5</b>	<b>1156,3</b>	<b>1183,4</b>	<b>255,9</b>	<b>15,0</b>	<b>1,1</b>	<b>120,2</b>	
<b>День 19 (Четверг)</b>																	
<b>Завтрак 1</b>																	
1	Омлет патуральный, запеченный	50	5,2	5,6	1,0	75,3	0,0	0,1	5,3	0,2	39,4	85,9	6,6	1,0	0,2	8,9	120301
2	Какао на молоке	200	3,7	3,5	14,6	104,5	0,0	0,5	13,5	0,0	114,3	108,1	29,6	1,0	0,1	8,1	160101
3	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
4	Каша молочная пшеничная жидкая	180	8,7	9,0	36,1	260,3	0,1	0,9	36,2	0,7	200,0	232,8	42,9	1,8	0,2	14,0	120250
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>19,3</b>	<b>18,7</b>	<b>76,6</b>	<b>552,4</b>	<b>0,2</b>	<b>1,5</b>	<b>55,0</b>	<b>1,3</b>	<b>363,4</b>	<b>446,0</b>	<b>82,9</b>	<b>4,3</b>	<b>0,6</b>	<b>31,1</b>	
<b>Завтрак 2</b>																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см.приложение 1)	100	1,5	0,5	21,0	94,5	0,0	10,0	0,0	0,4	8,0	28,0	42,0	0,6	0,1	0,0	210103
	<b>Итого:</b>		<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21,0</b>	<b>94,5</b>	<b>0,0</b>	<b>10,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,4</b>	<b>8,0</b>	<b>28,0</b>	<b>42,0</b>	<b>0,6</b>	<b>0,1</b>	<b>0,0</b>	

Обед																	
1	Салат овощной с фасолью	60	1,5	6,2	7,8	93,0	0,1	4,4	0,0	2,7	26,3	43,3	14,3	0,6	0,0	2,6	100501-1
2	Суп картофельный с бобовыми (горох)	190	5,5	4,2	14,2	117,2	0,2	5,1	0,0	1,9	26,4	75,7	27,4	1,4	0,1	3,3	110327-2
3	Сухарики из хлеба пшеничного	10	1,1	0,4	7,2	37,0	0,0	0,0	0,0	0,2	3,4	12,0	1,9	0,2	0,0	0,0	180601
4	Рыба (филе) припущенная	70	13,7	0,5	0,1	59,8	0,1	1,0	8,5	0,8	300,6	436,6	25,9	0,4	0,1	128,1	120405
5	Рис отварной	180	4,4	6,0	49,1	268,4	0,1	0,0	0,0	2,6	6,7	94,9	31,6	0,6	0,0	0,9	130301B
6	Сок фруктовый ДП (см. приложение №2)	150	0,8	0,2	15,2	65,0	0,0	60,0	0,0	0,2	10,5	10,5	6,0	2,1	0,0	0,0	
7	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
8	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>29,9</b>	<b>18,4</b>	<b>111,8</b>	<b>732,4</b>	<b>0,4</b>	<b>70,5</b>	<b>8,5</b>	<b>8,9</b>	<b>428,6</b>	<b>739,9</b>	<b>114,7</b>	<b>6,2</b>	<b>0,2</b>	<b>136,9</b>	
Полдник																	
1	Запеканка со свежими плодами	100	4,6	4,5	23,9	154,3	0,1	1,8	14,0	0,1	73,1	98,9	26,2	1,1	0,1	6,2	120239
2	Булочка с изюмом	30	2,4	1,9	13,7	81,8	0,0	0,1	5,2	0,3	19,3	31,0	5,0	0,3	0,0	1,8	190104
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105
	<b>Итого:</b>		<b>11,8</b>	<b>11,5</b>	<b>45,1</b>	<b>331,4</b>	<b>0,2</b>	<b>2,9</b>	<b>43,2</b>	<b>0,5</b>	<b>286,0</b>	<b>275,6</b>	<b>53,7</b>	<b>1,6</b>	<b>0,3</b>	<b>22,4</b>	
Ужин																	
1	Огурцы консервированные без уксуса	30	0,2	0,0	0,5	3,3	0,0	1,5	0,0	0,0	6,9	7,2	4,2	0,2	0,0	0,9	100503
2	Макароны, запеченные с сыром	200	10,9	8,3	49,0	314,5	0,1	0,1	48,4	1,2	158,1	137,6	16,3	1,3	0,1	1,4	120213
3	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Компот из плодов свежих	200	0,1	0,1	21,4	86,1	0,0	1,4	0,0	0,0	2,8	1,5	1,3	0,4	0,0	0,3	160209-1
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>14,3</b>	<b>12,6</b>	<b>99,2</b>	<b>567,4</b>	<b>0,2</b>	<b>3,0</b>	<b>50,4</b>	<b>2,2</b>	<b>178,3</b>	<b>181,2</b>	<b>28,3</b>	<b>2,5</b>	<b>0,1</b>	<b>2,6</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см. приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
	<b>Итого за день</b>		<b>76,8</b>	<b>61,8</b>	<b>353,8</b>	<b>2278,1</b>	<b>1,0</b>	<b>87,9</b>	<b>157,1</b>	<b>13,3</b>	<b>1264,3</b>	<b>1670,7</b>	<b>321,6</b>	<b>15,1</b>	<b>1,2</b>	<b>192,9</b>	
День 20 (Пятница)																	
Завтрак 1																	
1	Каша жидкая на молоке (манная)	180	8,1	8,8	33,1	243,7	0,1	1,0	36,7	0,5	216,9	181,8	29,3	0,5	0,2	15,9	120205
2	Омлет с горошком зеленым запеченный	50	3,5	4,3	1,7	59,2	0,0	1,1	7,8	0,2	50,9	63,0	7,3	0,6	0,1	6,4	123456
3	Кофейный напиток злаковый на молоке	200	3,8	3,4	19,5	123,7	2,4	0,6	15,0	0,0	141,3	114,8	30,0	1,7	0,1	17,0	160103
4	Зефир	20	0,1	0,0	15,0	60,4	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	2,4	1,2	0,3	0,0	0,0	
6	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>17,1</b>	<b>17,1</b>	<b>79,3</b>	<b>538,8</b>	<b>2,5</b>	<b>2,7</b>	<b>59,5</b>	<b>0,9</b>	<b>418,8</b>	<b>378,9</b>	<b>70,3</b>	<b>3,3</b>	<b>0,5</b>	<b>39,3</b>	
Завтрак 2																	
1	Фрукты и ягоды свежие (см. приложение 1)	80	0,3	0,3	7,8	35,5	0,0	8,0	0,0	0,2	12,8	8,8	7,2	1,8	0,0	1,6	210110
	<b>Итого:</b>		<b>0,3</b>	<b>0,3</b>	<b>7,8</b>	<b>35,5</b>	<b>0,0</b>	<b>8,0</b>	<b>0,0</b>	<b>0,2</b>	<b>12,8</b>	<b>8,8</b>	<b>7,2</b>	<b>1,8</b>	<b>0,0</b>	<b>1,6</b>	
Обед																	
1	Салат из свеклы с соевыми огурцами	60	0,8	4,9	4,6	65,3	0,0	5,4	0,0	2,2	20,3	23,5	12,1	0,8	0,0	3,8	100403-1
2	Шпн из свежей капусты	200	1,4	2,1	6,5	50,6	0,0	15,6	0,0	1,0	83,9	33,2	16,2	0,6	0,0	2,8	110105B
3	Суфле из печени	70	11,6	5,3	8,4	127,1	0,2	17,5	2523,2	1,6	135,8	219,0	14,6	8,1	1,2	9,6	120538
4	Соус томатный	5	0,1	0,1	0,4	3,3	0,0	0,6	0,5	0,0	0,5	1,2	0,8	0,0	0,0	0,0	140101
4	Пюре картофельное	180	4,0	5,2	25,9	166,4	0,2	15,1	4,9	1,7	64,9	116,9	39,1	1,4	0,2	10,4	130101B
5	Компот из плодов сухих	200	0,3	0,1	27,9	113,1	0,0	0,0	0,1	0,1	10,2	15,5	5,0	0,4	0,0	0,0	160209-2
6	Хлеб ржано-пшеничный	20	1,3	0,2	8,2	40,1	0,0	0,0	0,0	0,2	50,0	50,0	5,0	0,6	0,0	2,0	200103
7	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
	<b>Итого:</b>		<b>21,0</b>	<b>18,5</b>	<b>91,8</b>	<b>617,8</b>	<b>0,5</b>	<b>54,2</b>	<b>2528,6</b>	<b>7,1</b>	<b>370,2</b>	<b>476,1</b>	<b>95,4</b>	<b>12,2</b>	<b>1,4</b>	<b>28,6</b>	
Полдник																	
1	Каша жидкая на молоке (гречневая)	120	5,4	6,8	16,9	150,5	0,1	0,7	27,4	0,1	152,3	151,5	43,6	2,3	0,2	12,0	120221
2	Печенье	20	1,5	3,6	18,4	111,7	0,0	0,0	2,0	0,7	5,8	18,0	4,0	0,4	0,0	0,0	
3	Молоко ультрапастеризованное	160	4,8	5,1	7,5	95,4	0,0	1,0	24,0	0,0	193,6	145,6	22,4	0,2	0,2	14,4	230105

<b>Итого:</b>		<b>11,6</b>	<b>15,5</b>	<b>42,9</b>	<b>357,6</b>	<b>0,1</b>	<b>1,7</b>	<b>53,4</b>	<b>0,8</b>	<b>351,7</b>	<b>315,1</b>	<b>70,0</b>	<b>2,8</b>	<b>0,4</b>	<b>26,4</b>		
<b>Ужин</b>																	
1	Котлеты мясные рубленые собственного производства, запеченные с соусом молочным	50	5,3	6,1	6,0	100,0	0,0	0,1	2,8	0,9	15,6	59,2	7,6	0,7	0,0	2,4	120535
2	Рагу из овощей	180	3,1	9,3	21,1	180,1	0,1	13,9	0,0	4,2	32,5	85,1	39,2	1,3	0,1	6,7	130203
3	Кисель из смородины	200	0,1	0,0	24,5	98,6	0,0	10,0	0,0	0,1	9,5	8,7	3,1	0,2	0,0	0,1	160203 160220
4	Хлеб из муки пшеничной первого сорта	20	1,6	0,6	10,0	51,8	0,0	0,0	0,0	0,3	4,7	16,8	2,6	0,2	0,0	0,0	200102
<b>Итого:</b>			<b>10,2</b>	<b>16,0</b>	<b>61,5</b>	<b>430,5</b>	<b>0,2</b>	<b>24,0</b>	<b>2,8</b>	<b>5,6</b>	<b>62,3</b>	<b>169,8</b>	<b>52,5</b>	<b>2,5</b>	<b>0,2</b>	<b>9,2</b>	
1	Вода питьевая детская (на весь день) (см.приложение №3)	200	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	
<b>Итого за день</b>			<b>60,2</b>	<b>67,4</b>	<b>283,2</b>	<b>1980,2</b>	<b>3,4</b>	<b>90,6</b>	<b>2644,3</b>	<b>14,6</b>	<b>1215,9</b>	<b>1348,6</b>	<b>295,4</b>	<b>22,6</b>	<b>2,5</b>	<b>105,1</b>	
<b>Итого за 5 дней</b>			<b>65,99</b>	<b>63,96</b>	<b>306,27</b>	<b>2064,72</b>	<b>1,95</b>	<b>141,08</b>	<b>978,79</b>	<b>13,96</b>	<b>1162,75</b>	<b>1345,12</b>	<b>297,67</b>	<b>19,69</b>	<b>1,62</b>	<b>115,58</b>	
<b>Итого за 20 дней</b>			<b>67,27</b>	<b>65,68</b>	<b>291,94</b>	<b>2028,03</b>	<b>1,43</b>	<b>127,18</b>	<b>588,00</b>	<b>13,55</b>	<b>1109,69</b>	<b>1313,85</b>	<b>293,06</b>	<b>17,69</b>	<b>1,46</b>	<b>112,97</b>	



Приложения к примерному 20-ти дневному меню для организации питания детей в возрасте 1,5-3, 3-7 лет, посещающих дошкольные образовательные учреждения (с пребыванием 8 -10 часов, 11-12 и более часов), города Москва

(Изменение № 7 с продлением срока использования меню в последующие года)

Приложение №1

**Распределение плодов и ягод по дням циклического меню**

Распределение плодов и ягод по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Наименование плода	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Яблоко*			x				x			x			x				x			x
Груша*	x			x				x			x			x				x		
Апельсин*		x				x										x				
Банан*					x				x			x			x				x	

\*Возможна замена на фрукт в ассортименте или сок фруктовый (овощной) в ассортименте. Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд.

Приложение №2

**Распределение соков фруктовых по дням циклического меню**

Распределение соков фруктовых по дням циклического меню в дошкольных общеобразовательных учреждениях

Наименование	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
Сок яблочный*								x						x				x		
Сок яблочно-абрикосовый*	x						x						x			x				
Сок мультифрукт*					x							x					x			
Сок яблочно-виноградный*										x					x				x	

\*Возможна замена на сок фруктовый (овощной) в ассортименте или фрукт в ассортименте. Не допускается использовать один и тот же продукт два раза подряд.

Приложение №3

Вода питьевая детская бутилированная. Потребность в питьевой воде, превышающая объемы бутилированной, обеспечивается кипяченой водой, при условии её хранения не более 3 часов.

## Варианты замены блюд при организации питания в дошкольных общеобразовательных учреждениях

День	Прием пищи (6-ти разовое питание)	Заменяемое блюдо	Варианты замены
		Наименование	Наименование
2	Ужин	Тефтели рыбные	Рыба (филе) запеченная
3	Ужин	Свекла тушеная	Рагу из овощей
5	Обед	Рыба, запеченная с картофелем по-русски	Котлеты рубленые из фарша рыбного Картофель отварной
6	Обед	Суп с клецками на мясном бульоне	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А на мясном бульоне
7	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
7	Обед	Тефтели рыбные	Рыба (филе) запеченная
7	Ужин	Голубцы ленивые	Плов мясной
9	Ужин	Капуста, тушеная с мясом	Фрикадельки мясные паровые собственного производства Капуста тушеная
10	Ужин	Свекла тушеная	Рагу из овощей
12	Ужин	Капуста, тушеная с мясом	Плов мясной
13	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
13	Обед	Рыба (филе) запеченная	Котлеты рубленые из фарша рыбного
14	Обед	Суп с клецками на мясном бульоне	Суп с изделиями макаронными (фигурными) группы А
15	Ужин	Тефтели рыбные Пюре картофельное	Рыба, запеченная с картофелем по-русски
18	Ужин	Тефтели рыбные Картофель отварной	Рыба, запеченная с картофелем по-русски
19	Обед	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Суп-пюре из гороха
19	Обед	Рыба (филе) припущенная	Котлеты рубленые из фарша рыбного
20	Обед	Суфле из печени Пюре картофельное	Запеканка картофельная с печенью

Примечание: По желанию родителей в полдник может выдаваться "Чай с сахаром"