

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная жидкая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с маслом и сыром	30	3,34	4,22	9,69	90	3
	Чай с молоком	150	2,42	3,6	10,09	32,64	174
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>10,92</b>	<b>13,52</b>	<b>40,87</b>	<b>279,6</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из свежих огурцов	40	0,3	2,43	0,95	26,92	13
	Суп картофельный с бобовыми	150	3,29	3,16	9,79	80,85	81
	Котлеты рубленные из птицы	50	8,94	4,64	8,41	111,25	305
	Капуста тушеная	110	1,91	3,68	7,67	73,43	159
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	181
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>555</b>	<b>17,93</b>	<b>15,08</b>	<b>63,94</b>	<b>481,69</b>	
Полдник	Ватрушка с повидлом	50	2,6	1,7	25,8	131,5	201
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания	150	4,2	3,75	7,05	79,5	400
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>6,8</b>	<b>5,45</b>	<b>32,85</b>	<b>211</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1185</b>	<b>36,15</b>	<b>34,05</b>	<b>150,36</b>	<b>1024,97</b>	

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Омлет натуральный	150	9,27	16,5	4,2	216,53	113
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
	Какао с молоком	150	3,99	4	18,68	120,63	171
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>14,35</b>	<b>25,21</b>	<b>32,02</b>	<b>422,16</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат из свеклы	40	0,58	2,44	3,35	37,56	54
	Щи из свежей капусты	150	1,04	2,93	5,09	50,85	67
	Биточки из рыбы	60	8,88	6,72	7,68	128,76	64
	Каша рассыпчатая	110	3,36	3,02	23,28	136,03	150
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180	0,9		22,86	94,83	
	Хлеб	35	4,36	0,86	26,64	128,87	
<b>Итого за обед</b>		<b>575</b>	<b>19,12</b>	<b>15,97</b>	<b>88,9</b>	<b>576,9</b>	
Полдник	Запеканка морковная с творогом	50	4,79	5,64	7,89	92,5	140
	Соус молочный сладкий	30	1	2,2	2,6	47,4	168
	Чай с лимоном	150			10,3	40,5	177
<b>Итого за полдник</b>		<b>230</b>	<b>5,79</b>	<b>7,84</b>	<b>20,79</b>	<b>180,4</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1230</b>	<b>39,66</b>	<b>49,42</b>	<b>151,51</b>	<b>1223,46</b>	

День: среда

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная жидкая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
	Кофейный напиток	150	3,3	3,63	17,3	111,15	178
<b>Итого за завтрак</b>		<b>325</b>	<b>9,55</b>	<b>14,04</b>	<b>47,53</b>	<b>353,11</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат витаминный	40	0,52	2,4	2,54	34,4	56
	Борщ	150	1,09	2,95	7,64	61,5	57
	Суфле из печени	60	7,56	3,33	6	89,19	107
	Картофельное пюре	110	2,62	3,23	12,15	88,11	112
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	181
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>565</b>	<b>15,28</b>	<b>13,08</b>	<b>65,45</b>	<b>462,44</b>	
	Кондитерские изделия (печенье)	40	3	3,94	24,97	139,04	
Полдник	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	119
	Чай с сахаром	150			11,24	42,65	173
<b>Итого за полдник</b>		<b>190</b>	<b>5,08</b>	<b>4,6</b>	<b>11,52</b>	<b>105,45</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1180</b>	<b>30,31</b>	<b>32,12</b>	<b>134,3</b>	<b>965</b>	

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Суп молочный с рисом	150	7,38	7,03	31,28	220,54	7
	Бутерброд с повидлом	30	1,35	2,14	15,03	85,09	2
	Чай с молоком	150	2,42	3,6	10,09	32,64	174
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>11,15</b>	<b>12,77</b>	<b>56,4</b>	<b>338,27</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из моркови	40	0,5	0,04	4,64	20,92	52
	Суп с рыбными фрикадельками	150	3,6	1,85	10,23	71,97	124
	Гуляш из говядины	60	4,88	5,01	0,98	68,67	106
	Макароны отварные	110	3,65	4	24,85	152,3	152
	Кисель	150			24,04	89,25	169
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>565</b>	<b>16</b>	<b>12,07</b>	<b>87,36</b>	<b>520,45</b>	
Полдник	Сырники из творога	80	14,95	10,13	9,12	187,2	231
	Отвар шиповника	150	0,4		11,8	56,8	182
<b>Итого за полдник</b>		<b>230</b>	<b>15,35</b>	<b>10,13</b>	<b>20,92</b>	<b>244</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1225</b>	<b>43</b>	<b>34,97</b>	<b>177,38</b>	<b>1155,4</b>	

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная жидкая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с маслом и сыром	30	3,34	4,22	9,69	90	3
	Кофейный напиток	150	3,3	3,63	17,3	111,15	178
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>11,8</b>	<b>13,55</b>	<b>48,08</b>	<b>358,11</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат из белокочанной капусты	40	0,75	3	4,9	59	44
	Жаркое по-домашнему	150	14,1	6,35	15,75	204,75	88
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	181
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>395</b>	<b>18,34</b>	<b>10,52</b>	<b>57,77</b>	<b>452,99</b>	
Полдник	Ватрушка со сметаной	50	3,8	4,4	24,9	156,6	192
	Чай с сахаром	150			11,24	42,65	173
<b>Итого за полдник</b>		<b>200</b>	<b>3,8</b>	<b>4,4</b>	<b>36,14</b>	<b>199,25</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1025</b>	<b>34,34</b>	<b>28,87</b>	<b>151,79</b>	<b>1054,35</b>	

Среднее значение за период

Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность
	Белки	Жиры	Углеводы	
1169	36,692	35,886	153,068	1084,636

День: понедельник

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная жидкая	200	6,88	7,6	28,12	209,28	142
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	174
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>14,23</b>	<b>18,26</b>	<b>54,77</b>	<b>383,45</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,39	4,22	13,06	107,8	81
	Котлета рубленая из птицы	70	12,51	6,49	11,77	155,75	305
	Капуста тушеная	130	2,25	4,34	9,06	86,77	159
	Компот из сухофруктов	180	0,14		17,4	86,3	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>27,22</b>	<b>20,17</b>	<b>98,38</b>	<b>697,92</b>	
Полдник	Ватрушка с повидлом	75	3,8	2,5	38,7	197,3	201
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания	180	5	4,5	8,4	95	
<b>Итого за полдник</b>		<b>255</b>	<b>8,8</b>	<b>7</b>	<b>47,1</b>	<b>292,3</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1480</b>	<b>50,75</b>	<b>45,43</b>	<b>212,95</b>	<b>1426,35</b>	

День: вторник

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Омлет натуральный	200	12,36	22	5,6	288,71	113
	Какао с молоком	180	4,8	4,8	22,41	144,76	171
	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
	Хлеб	40	4,97	0,98	30,44	147,28	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>455</b>	<b>23,66</b>	<b>34,38</b>	<b>71,24</b>	<b>699,75</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	54
	Щи из свежей капусты	200	1,39	3,91	6,78	67,8	67
	Биточки рыбные	80	11,84	8,96	10,24	171,68	64
	Каша рассыпчатая	130	5,04	3,93	30,26	176,84	150
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180	0,9		22,86	94,83	
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>710</b>	<b>27,5</b>	<b>21,92</b>	<b>120,82</b>	<b>788,41</b>	
Полдник	Запеканка морковная с творогом	80	7,67	9,03	12,63	148	140
	Соус молочный сладкий	50	1,7	3,8	4,4	79,09	168
	Чай с лимоном	180			12,4	48,6	177
<b>Итого за полдник</b>		<b>310</b>	<b>9,37</b>	<b>12,83</b>	<b>29,43</b>	<b>275,69</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1575</b>	<b>60,93</b>	<b>69,53</b>	<b>231,29</b>	<b>1807,85</b>	

День: среда

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная жидкая	200	6,88	7,6	28,12	209,28	142
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Кофейный напиток	180	3,94	4,36	20,75	133,38	178
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>15,27</b>	<b>18,3</b>	<b>63,41</b>	<b>477,66</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат витаминный	60	0,78	3,6	3,81	51,6	54
	Борщ	200	1,46	3,93	10,19	109,75	57
	Суфле из печени	80	10,08	4,44	8	118,88	107
	Картофельное пюре	130	3,08	3,8	14,35	104,13	112
	Компот из сухофруктов	180	0,14		17,4	86,3	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>710</b>	<b>23,01</b>	<b>17,24</b>	<b>99,41</b>	<b>691,58</b>	
Полдник	Кондитерские изделия (печенье)	60	4,5	7,08	44,94	250,26	
	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	119
	Чай с сахаром	180			13,48	51,17	173
<b>Итого за полдник</b>		<b>280</b>	<b>9,58</b>	<b>11,68</b>	<b>58,7</b>	<b>364,23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1515</b>	<b>48,26</b>	<b>47,62</b>	<b>231,32</b>	<b>1577,47</b>	

День: четверг

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Суп молочный с рисом	200	200	9,84	9,38	41,7	7
	Бутерброд с повидлом	45	2,03	3,21	22,55	127,6	2
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	174
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>204,93</b>	<b>17,37</b>	<b>44,04</b>	<b>208,47</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из моркови	60	0,75	0,06	6,97	31,38	52
	Суп с рыбными фрикадельками	200	4,81	2,47	13,65	95,96	124
	Котлета изговядины	80	12,44	9,43	12,85	185,33	282
	Мкароны отварные	130	4,75	5,2	32,3	197,9	152
	Кисель	180			28,85	107,1	169
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>710</b>	<b>30,22</b>	<b>18,63</b>	<b>140,28</b>	<b>838,59</b>	
Полдник							
	Сырники из творога	100	18,69	12,67	11,4	234	231
	Отвар шиповника	180	0,5		14,1	68,1	182
<b>Итого за полдник</b>		<b>280</b>	<b>19,19</b>	<b>12,67</b>	<b>25,5</b>	<b>302,1</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1515</b>	<b>254,84</b>	<b>48,67</b>	<b>222,52</b>	<b>1401,84</b>	

День: пятница

Неделя: первая

Сезон: зима-весна

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная жидкая	200	6,88	7,6	28,12	209,28	142
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Кофейный напиток	180	3,94	4,36	20,75	133,38	178
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>15,27</b>	<b>18,3</b>	<b>63,41</b>	<b>477,66</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат из белокочанной капусты	60	60	0,5	2,1	3,4	44
	Суп картофельный с крупой	200	2	2,22	13,6	82,6	80
	Жаркое по-домашнему	200	200	18,8	8,46	21	88
	Компот из сухофруктов	180	0,14		17,4	86,3	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>269,61</b>	<b>22,99</b>	<b>87,22</b>	<b>414,22</b>	
Полдник	Ватрушка со сметаной	75	5,8	6,6	37,3	235	192
	Чай с сахаром	180			13,48	51,17	173
<b>Итого за полдник</b>		<b>255</b>	<b>5,8</b>	<b>6,6</b>	<b>50,78</b>	<b>286,17</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1480</b>	<b>291,08</b>	<b>48,29</b>	<b>211,21</b>	<b>1222,05</b>	

**Среднее значение за период**

<b>Вес блюда</b>	<b>Пищевые вещества на порцию</b>			<b>Энергетическая ценность</b>
	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	
<b>1513</b>	<b>141,172</b>	<b>51,908</b>	<b>221,858</b>	<b>1487,112</b>

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная жидкая	150	5,16	5,7	21,09	156,96	142
	Бутерброд с повидлом	30	1,35	2,14	15,03	85,09	2
	Кофейный напиток	150	3,3	3,63	17,3	111,15	178
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>9,81</b>	<b>11,47</b>	<b>53,42</b>	<b>353,2</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат из яблок и моркови	40	0,52	3,1	4,72	49,1	40
	Уха рыбацкая	150	4,35	1,35	12,5	78,7	29
	Бигус с мясом	160	15,52	5,7	10,32	158,16	86
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	181
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>555</b>	<b>23,88</b>	<b>8,22</b>	<b>64,66</b>	<b>475,2</b>	
Полдник	Вареники ленивые	80	11,03	8,24	14,88	201,36	133
	Чай с сахаром	150			11,24	42,65	173
<b>Итого за полдник</b>		<b>230</b>	<b>11,03</b>	<b>8,24</b>	<b>26,12</b>	<b>244,01</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1215</b>	<b>45,12</b>	<b>28,33</b>	<b>154</b>	<b>1116,41</b>	

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	150	5,37	6,27	19,37	156,6	6
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	174
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>9,36</b>	<b>15,3</b>	<b>40,62</b>	<b>280,77</b>	
Второй завтрак							
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из свежих огурцов	40	0,3	2,43	0,95	26,92	13
	Свекольник	150	1,2	2,5	7,23	57	26
	Плов с курой	150	47,8	15,75	26,25	309,3	83
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	181
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>545</b>	<b>52,79</b>	<b>21,85</b>	<b>71,55</b>	<b>582,46</b>	
Полдник	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	119
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания	150	4,2	3,75	7,05	79,5	400
<b>Итого за полдник</b>		<b>290</b>	<b>9,68</b>	<b>8,75</b>	<b>17,13</b>	<b>186,3</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1290</b>	<b>72,33</b>	<b>45,9</b>	<b>142</b>	<b>1102,21</b>	

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная вязкая	150	7,26	5,94	35,25	226,35	145
	Бутерброд с маслом и сыром	30	3,34	4,22	9,69	90	3
	Какао с молоком	150	3,99	4	18,68	120,63	171
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>14,59</b>	<b>14,16</b>	<b>63,62</b>	<b>436,98</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из капусты	40	0,75	3	4,9	59	44
	Суп с макаронами с курой	150	1,61	1,7	10,28	62,85	82
	Рыба припущенная	60	15,3	5,09	0,4	109,14	62
	Пюре картофельное	110	2,62	3,23	12,15	88,11	112
	Кисель	150			24,04	89,25	169
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>565</b>	<b>23,65</b>	<b>14,19</b>	<b>74,39</b>	<b>525,69</b>	
Полдник	Запеканка морковная	90	3,13	6,73	16,18	138	153
	Соус молочный	30	1	2,2	2,6	35,3	168
	Чай с сахаром	150			11,24	42,65	173
<b>Итого за полдник</b>		<b>270</b>	<b>4,13</b>	<b>8,93</b>	<b>30,02</b>	<b>215,95</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1265</b>	<b>42,87</b>	<b>37,28</b>	<b>180,73</b>	<b>1231,3</b>	

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Омлет с овощами	130	9,07	18,25	4,6	219,38	220
	Бутерброд с маслом и сыром	30	3,34	4,22	9,69	90	3
	Кофейный напиток	150	3,3	3,63	17,3	111,15	178
<b>Итого за завтрак</b>		<b>310</b>	<b>15,71</b>	<b>26,1</b>	<b>31,59</b>	<b>420,53</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из свеклы	40	0,58	2,44	3,35	37,56	54
	Суп-пюре картофельный	150	2,92	3,62	143,12	100,8	24
	Голубцы ленивые	120	10,6	6,8	9,4	164	97
	Соус сметанный	30	0,54	3,72	1,56	42,6	162
	Компот из сухофруктов	150	0,12		14,5	71,9	181
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>545</b>	<b>18,13</b>	<b>17,75</b>	<b>194,55</b>	<b>534,2</b>	
Полдник							
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Булочка Домашняя	50	4,7	1,35	31,65	158	193
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания	150	4,2	3,75	7,05	79,5	400
<b>Итого за полдник</b>		<b>300</b>	<b>9,3</b>	<b>5,5</b>	<b>48,5</b>	<b>281,5</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1255</b>	<b>43,64</b>	<b>49,35</b>	<b>287,34</b>	<b>1288,91</b>	

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 1,5 до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша из 2 круп	150	7,26	5,94	35,25	226,35	145
	Бутерброд с маслом	25	1,09	4,71	9,14	85	1
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	174
<b>Итого за завтрак</b>		<b>355</b>	<b>11,25</b>	<b>14,97</b>	<b>56,5</b>	<b>350,52</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат из свежих огурцов	40	0,3	2,43	0,95	26,92	13
	Суп с клецками	150	2,4	1,5	7,12	97,11	20
	Суфле из рыбы	60	10,59	5,78	3	106,7	63
	Овощное рагу	110	2,15	3,08	13,35	91,62	134
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180	0,9		19,05	94,83	
	Хлеб	55	3,37	1,17	22,62	117,34	
<b>Итого за обед</b>		<b>595</b>	<b>19,71</b>	<b>13,96</b>	<b>66,09</b>	<b>534,52</b>	
Полдник	Запеканка из творога	130	20,6	15,07	19,98	301,6	148
	Соус молочный сладкий	30	1	2,2	2,6	47,4	168
	Кисель	150			24,04	89,25	169
<b>Итого за полдник</b>		<b>310</b>	<b>21,6</b>	<b>17,27</b>	<b>46,62</b>	<b>438,25</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1360</b>	<b>52,96</b>	<b>46,6</b>	<b>179,01</b>	<b>1367,29</b>	

**Среднее значение за период**

<b>Вес блюда</b>	<b>Пищевые вещества на порцию</b>			<b>Энергетическая ценность</b>
	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	
<b>1277</b>	<b>51,384</b>	<b>41,492</b>	<b>188,616</b>	<b>1221,224</b>

День: понедельник

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная жидкая	200	6,88	7,6	28,12	209,28	142
	Бутерброд с повидлом	45	2,03	3,21	22,55	127,6	2
	Кофейный напиток	180	3,94	4,36	20,75	133,38	178
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>12,85</b>	<b>15,17</b>	<b>71,42</b>	<b>470,26</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат из яблок и моркови	60	0,78	4,69	7,08	73,71	40
	Уха рыбацкая	200	5,8	1,8	16,2	105	29
	Бигус с мясом	200	19,4	7,1	12,9	197,7	86
	Компот из сухофруктов	180	0,14		17,4	86,3	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>33,59</b>	<b>15,06</b>	<b>99,24</b>	<b>683,63</b>	
Полдник	Вареники ленивые	100	13,79	10,3	18,61	251,7	133
	Чай с сахаром	180			13,48	51,17	173
<b>Итого за полдник</b>		<b>280</b>	<b>13,79</b>	<b>10,3</b>	<b>32,09</b>	<b>302,87</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1505</b>	<b>60,63</b>	<b>40,93</b>	<b>212,55</b>	<b>1500,76</b>	

День: вторник

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Суп молочный с макаронами	200	7,16	8,36	25,82	208,8	6
	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
	Чай с сахаром	180			13,48	51,17	173
<b>Итого за завтрак</b>		<b>415</b>	<b>8,69</b>	<b>14,96</b>	<b>52,09</b>	<b>378,97</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13
	Свекольник	200	1,6	3,32	9,64	76	26
	Плов с курой	200	19,72	21	35	412,4	
	Компот из сухофруктов	180	0,14		17,4	86,3	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>700</b>	<b>29,39</b>	<b>29,44</b>	<b>109,13</b>	<b>836</b>	
Полдник	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	62,8	119
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания	180	5	4,5	8,4	95	
<b>Итого за полдник</b>		<b>320</b>	<b>10,48</b>	<b>9,5</b>	<b>18,48</b>	<b>201,8</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1535</b>	<b>49,06</b>	<b>53,9</b>	<b>192,4</b>	<b>1469,45</b>	

День: среда

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша молочная вязкая	200	9,68	7,92	47	301,8	145
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Какао с молоком	180	4,8	4,8	22,41	144,76	171
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>18,93</b>	<b>19,06</b>	<b>83,95</b>	<b>581,56</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из капусты	60	0,5	2,1	3,4	41	44
	Суп с макаронами с курой	200	2,15	2,27	13,7	83,8	82
	Рыба припущенная	75	19,23	6,3	0,5	136,42	62
	Пюре картофельное	130	3,08	3,8	14,35	104,13	112
	Кисель	180			28,85	107,1	169
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>705</b>	<b>32,43</b>	<b>15,94</b>	<b>106,46</b>	<b>693,37</b>	
Полдник	Запеканка морковная	120	4,17	8,97	21,58	184	153
	Соус молочный	50	1,7	3,8	4,4	58,8	168
	Чай с сахаром	180			13,48	51,17	173
<b>Итого за полдник</b>		<b>350</b>	<b>5,87</b>	<b>12,77</b>	<b>39,46</b>	<b>293,97</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1580</b>	<b>57,73</b>	<b>47,77</b>	<b>242,57</b>	<b>1621,58</b>	

День: четверг

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Омлет с овощами	200	13,95	28,07	7,07	337,51	220
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,45	6,34	14,54	135	3
	Кофейный напиток	180	3,94	4,36	20,75	133,38	178
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>22,34</b>	<b>38,77</b>	<b>42,36</b>	<b>605,89</b>	
Второй завтрак	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	100	0,5		12,7	52,68	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>12,7</b>	<b>52,68</b>	
Обед	Салат из свеклы с растительным маслом	60	0,88	3,5	45,4	63,1	45
	Суп-пюре из картофеля	200	4,86	6,04	23,54	168	24
	Голубцы ленивые	160	14,1	9,08	12,5	218,6	97
	Соус сметанный	50	0,9	6,2	2,6	71	162
	Компот из сухофруктов	180	0,14		17,4	86,3	181
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>710</b>	<b>28,35</b>	<b>26,29</b>	<b>147,1</b>	<b>827,92</b>	
Полдник	Булочка домашняя	75	7,01	2,01	47,48	237	193
	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное для детского питания	180	5	4,5	8,4	95	
<b>Итого за полдник</b>		<b>355</b>	<b>12,41</b>	<b>6,91</b>	<b>65,68</b>	<b>376</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1590</b>	<b>63,6</b>	<b>71,97</b>	<b>267,84</b>	<b>1862,49</b>	

День: пятница

Неделя: вторая

Сезон: лето - осень

Возрастная категория: от 3 до 7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества на порцию			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Вода питьевая детская (на весь день), 300мл</b>							
Завтрак	Каша из 2 круп	200	200	9,68	7,92	47	145
	Бутерброд с маслом	35	1,53	6,6	12,79	119	1
	Чай с молоком	180	2,9	4,32	12,11	39,17	174
<b>Итого за завтрак</b>		<b>415</b>	<b>204,43</b>	<b>20,6</b>	<b>32,82</b>	<b>205,17</b>	
Второй завтрак	Фрукты свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>100</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>9,8</b>	<b>44</b>	
Обед	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	13
	Суп с клецками	200	3,2	4	19	129,48	20
	Суфле из рыбы	80	14,12	7,7	4	142,32	63
	Овощное рагу	130	2,54	3,64	15,77	108,28	134
	Сок фруктовый обогащенный для детского питания	180	0,9		19,05	94,83	
	Хлеб	60	7,47	1,47	45,66	220,92	
<b>Итого за обед</b>		<b>710</b>	<b>28,69</b>	<b>20,46</b>	<b>104,91</b>	<b>736,21</b>	
Полдник	Запеканка из творога	150	23,76	17,39	23,05	348	148
	Соус молочный сладкий	50	1,3	2,9	3,4	63,86	168
	Кисель	180			28,85	107,1	169
<b>Итого за полдник</b>		<b>380</b>	<b>25,06</b>	<b>20,29</b>	<b>55,3</b>	<b>518,96</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1605</b>	<b>258,58</b>	<b>61,75</b>	<b>202,83</b>	<b>1504,34</b>	

**Среднее значение за период**

<b>Вес блюда</b>	<b>Пищевые вещества на порцию</b>			<b>Энергетическая ценность</b>
	<b>Белки</b>	<b>Жиры</b>	<b>Углеводы</b>	
<b>1563</b>	<b>97,92</b>	<b>55,264</b>	<b>223,638</b>	<b>1591,724</b>