

МАДОУ МО г. Краснодар "Центр - детский сад № 204  
за 1 неделю период

Руководитель \_\_\_\_\_

Утверждаю  
СМАГИНА В.М.

День: Понедельник  
Неделя: 1 неделя  
Возрастная категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крушой	200	5,65	5,69	16,23	139,68	1,4	101
	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	95,4	1,8	419
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>13,4</b>	<b>14,21</b>	<b>39,37</b>	<b>340,63</b>	<b>3,2</b>	
Второй завтрак	Фрукты	100	0,8	0	8,6	38	38	
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0</b>	<b>8,6</b>	<b>38</b>	<b>38</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	6,23	4,92	32,15	184,74	34,9	87
	Жаркое по-домашнему	220	32,17	19,37	73,72	486,07	108,4	292
	Салат из овощей	60	0,72	3,09	5,36	50,37	28,68	21
	Кнесь	180	0,12	0,05	23,6	92,12	46,8	399
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	5	0	0	0	0		
<b>Итого</b>	<b>720</b>	<b>42,905</b>	<b>27,995</b>	<b>161,71</b>	<b>934,9</b>	<b>218,78</b>		
Полдник	Кисломолод. прод	180	5,04	5,76	8,46	104,4	1,26	420
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,04</b>	<b>5,76</b>	<b>8,46</b>	<b>104,4</b>	<b>1,26</b>	
Уплотненный полдник	Рыба, запеченная в омлете	100	20,9	11,56	3,45	204,05	0,1	263
	Салат из овощей	60	3,06	0,58	13,32	70,8		57
	Пирог открытый	50	3,27	2,56	31,26	154,77	0,08	442
	Чай	180	0,18	0,04	10,21	40,63	2,86	412
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>28,585</b>	<b>14,915</b>	<b>70,69</b>	<b>523,75</b>	<b>3,04</b>	
<b>Итого за 1 день</b>		<b>1830</b>	<b>90,73</b>	<b>62,88</b>	<b>288,83</b>	<b>1941,68</b>	<b>264,28</b>	

День: Вторник  
 Неделя: 1 неделя  
 Возрастная категория: сал

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный	200	5,74	5,09	20,37	148,28	1,4	100
	Кофейный напиток с молоком	180	2,67	2,58	14,51	89,06	0,91	414
	Батон	25	1,98	0,25	12,98	59		
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	Сыр порциями	15	3,49	4,44	0	55,8	0,3	7
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>13,92</b>	<b>15,99</b>	<b>47,93</b>	<b>389,59</b>	<b>2,61</b>	
Второй завтрак	Кондит. изделия	40	1,92	1,12	31,08	134		
	Кисломолоч. Прод	180	5,04	5,76	8,46	104,4	1,26	420
	<b>Итого</b>	<b>220</b>	<b>6,96</b>	<b>6,88</b>	<b>39,54</b>	<b>238,4</b>	<b>1,26</b>	
Обед	Щи из квашеной капусты с картофелем	200	1,94	4,39	15,95	105,07	40,1	77
	Суфле из отварного мяса с рисом	100	22,96	15,19	4,97	178,78		295
	Картофель отварной	155	8,83	6,14	86,73	402,32	125,6	136
	Соус сметанный	30	0,44	1,15	1,95	22,87	0,02	372
	Сок	200	1	0,2	0,2	92	4	418
	Хлеб пшеничный	25	2,075	0,325	12,025	56,75	0	
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	5	0	0	0	0		
	<b>Итого</b>	<b>740</b>	<b>38,42</b>	<b>27,57</b>	<b>134,275</b>	<b>911,29</b>	<b>169,72</b>	
Полдник	Напиток витаминизированный	150	0	0	0	0		418
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
Углопешный полдник	Салат из овощей	60	6,18	2,94	40,5	202,8		54-213-2020
	Булочка вафельная	50	4,08	5,9	30,81	189,16		450
	Чай	180	0,16	0,03	6,41	25,05	0,11	411
	Хлеб пшеничный	25	2,075	0,325	12,025	56,75	0	
	Омлет натуральный	100	10,4	12,97	1,97	170,44	0,29	229
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>22,895</b>	<b>22,165</b>	<b>91,715</b>	<b>644,2</b>	<b>0,4</b>	
<b>Итого за 2 день</b>		<b>3780</b>	<b>82,195</b>	<b>72,605</b>	<b>313,46</b>	<b>2183,48</b>	<b>173,99</b>	

День: Среда  
 Неделя: 1 неделя  
 Возрастная категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	95,4	1,8	419
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Запеканка из творога	110	20,22	13,73	20,06	348,91	0,52	251
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>27,97</b>	<b>22,25</b>	<b>43,2</b>	<b>549,86</b>	<b>2,32</b>	
Второй завтрак	Фрукты	100	1,5	0,5	21	96	10	386
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	<b>10</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	6,18	4,9	32,66	186,98	34,9	87
	Птица, тушеная в соусе с овощами	230	11,86	4,94	60,59	314,28	82,53	319/372
	Салат из овощей	60	0,81	2,5	2,57	43,9	5,96	35
	Сок	200	1	0,2	0,2	92	4	418
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	5	0	0	0	0		
	<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>23,515</b>	<b>13,105</b>	<b>122,9</b>	<b>758,76</b>	<b>127,39</b>	
Полдник	Кефиромолоч. Прод.	180	5,04	5,76	8,46	104,4	1,26	420
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,04</b>	<b>5,76</b>	<b>8,46</b>	<b>104,4</b>	<b>1,26</b>	
Уплотненный полдник	Запеканка из печени с рисом	150	18,43	6,89	18,08	207,37	3,8	311
	Соус сметанный	30	0,44	1,15	1,95	22,87	0,02	372
	Салат из овощей	60	3,06	0,58	13,32	70,8		57
	Чай	180	0,16	0,03	6,41	25,05	0,11	411
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	<b>Итого</b>	<b>485</b>	<b>28,345</b>	<b>13,425</b>	<b>52,49</b>	<b>442,39</b>	<b>3,93</b>	
<b>Итого за 3 день</b>		<b>5620</b>	<b>86,37</b>	<b>55,04</b>	<b>248,05</b>	<b>1951,41</b>	<b>144,9</b>	

День: Четверг  
 Неделя: 1 неделя  
 Возрастная категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая	200	6,12	6,36	56,5	300,62	1	190
	Какао с молоком	180	3,68	3,05	11,47	86,52	1,1	416
	Багон	25	1,98	0,25	12,98	59		
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	<b>Итого</b>	<b>410</b>	<b>11,82</b>	<b>13,29</b>	<b>81,02</b>	<b>483,59</b>	<b>2,1</b>	
Второй завтрак	Конд. Изделия	30	0,03	0	23,82	96,3		
	Косломолоч. напиток	180	5,04	5,76	8,46	104,4	1,26	420
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>5,07</b>	<b>5,76</b>	<b>32,28</b>	<b>200,7</b>	<b>1,26</b>	
Обед	Суп картофельный	200	4,43	3,04	40,37	189,83	50,8	88
	Тефтели мясные	80	10,96	7,38	10,4	118,74	1,5	304
	Капуста тушеная	150	2,93	6,37	14,87	123,3	101,75	143
	Соус сметанный с томатом	30	0,46	1,16	1,99	23,26	0,77	373
	Напиток витаминизированный	200	0	0	0	0		418
	Хлеб пшеничный	25	2,075	0,325	12,025	56,75	0	
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	3	0	0	0	0		
	<b>Итого</b>	<b>713</b>	<b>22,03</b>	<b>18,45</b>	<b>92,105</b>	<b>565,38</b>	<b>154,82</b>	
Полдник	Фрукты	100	0,3	0	10,2	41,4	10	386
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>10,2</b>	<b>41,4</b>	<b>10</b>	
Уплотненный полдник	Котлеты рыбные	80	8,71	3,77	5,12	91,6	1,8	272
	Свекла, тушеная в соусе Соус сметанный	150	2,89	4,97	7,97	127,33	16,53	145/372
	Чай	180	0,18	0,04	10,21	40,63	2,86	412
	Хлеб пшеничный	25	2,075	0,325	12,025	56,75	0	
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8		227
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>20,11</b>	<b>13,88</b>	<b>48,055</b>	<b>432,61</b>	<b>21,19</b>	
<b>Итого за 4 день</b>		<b>7553</b>	<b>59,33</b>	<b>51,38</b>	<b>263,66</b>	<b>1723,68</b>	<b>189,37</b>	

День: Пятница  
 Неделя: 1 неделя  
 Возрастная категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой	200	5,74	5,16	19,81	149,56	1,4	101
	Кофейный напиток с молоком	180	2,67	2,58	14,51	89,06	0,91	414
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>10,94</b>	<b>11,76</b>	<b>48,82</b>	<b>344,17</b>	<b>2,31</b>	
Второй завтрак	Фрукты	100	0,3	0	10,2	41,4	10	386
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>10,2</b>	<b>41,4</b>	<b>10</b>	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1,94	4,3	13,78	104,92	32,4	63
	Шницель рыбный натуральный	80	16,43	8,79	8,73	180,08	3,76	274
	Пюре картофельное	150	7,86	6,38	71,8	348,35	102,63	339
	Сок	200	1	0,2	0,2	92	4	418
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	3	0	0	0	0		
	<b>Итого</b>	<b>688</b>	<b>30,895</b>	<b>20,235</b>	<b>121,39</b>	<b>846,95</b>	<b>142,79</b>	
Полдник	Кисломолоч. Напиток	150	4,2	4,8	7,05	87	1,05	420
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>4,2</b>	<b>4,8</b>	<b>7,05</b>	<b>87</b>	<b>1,05</b>	
Уплотненный полдник	Салат из овощей	60	0,58	0	6,22	26,43	2,88	42
	Булочка вафельная	50	4,08	5,9	30,81	189,16		450
	Чай	180	2,67	2,27	14,31	85,52	0,93	413
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Запеканка из творога	100	18,42	12,49	18,25	317,6	0,47	251
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>26,925</b>	<b>20,835</b>	<b>82,04</b>	<b>672,21</b>	<b>4,28</b>	
<b>Итого за 5 дней</b>		<b>9321</b>	<b>73,26</b>	<b>57,63</b>	<b>269,5</b>	<b>1991,73</b>	<b>160,43</b>	

День: Понедельник  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Каша вязкая	210	8,81	5,37	43,81	251,07	1,3	182
	Какао с молоком	180	3,68	3,05	11,47	86,52	1,1	416
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>15,02</b>	<b>12,44</b>	<b>69,78</b>	<b>443,14</b>	<b>2,4</b>	
Второй завтрак	Фрукты	100	0,8	0	8,6	38	38	
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,8</b>	<b>0</b>	<b>8,6</b>	<b>38</b>	<b>38</b>	
Обед	Суп с рыбными консервами	200	10,35	4,95	35,31	215,55	46,08	95
	Гуляш из отварного мяса	120	19,19	12,65	4,42	147,96	3,25	293
	Каша рассыпчатая	130	6,42	3,82	35,57	206,23		330
	Салат из овощей	60	0,72	3,09	5,36	50,37	28,68	21
	Компот	180	0,29	0	25,98	103,1		394
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	5	0	0	0	0		
	<b>Итого</b>	<b>750</b>	<b>40,635</b>	<b>25,075</b>	<b>133,52</b>	<b>844,81</b>	<b>78,01</b>	
Полдник	Кисломолоч. Напиток	180	5,04	5,76	8,46	104,4	1,26	420
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,04</b>	<b>5,76</b>	<b>8,46</b>	<b>104,4</b>	<b>1,26</b>	
Уплотненный полдник	Салат из овощей	60	6,18	2,94	40,5	202,8		54-213-2020
	Пирог открытый	50	3,27	2,56	31,26	154,77	0,08	442
	Чай	180	0,12	0,03	10	38,25	0,06	411
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Омлет натуральный	100	10,4	12,97	1,97	170,44	0,29	229
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>21,145</b>	<b>18,675</b>	<b>96,18</b>	<b>619,76</b>	<b>0,43</b>	
<b>Итого за 6 дней</b>		<b>11191</b>	<b>82,64</b>	<b>61,95</b>	<b>316,54</b>	<b>2050,11</b>	<b>120,1</b>	

День: Вторник  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: сал

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой	200	6,09	5,37	19,02	147,06	1,4	101
	Кофейный напиток с молоком	180	2,67	2,58	14,51	89,06	0,91	414
	Батон	25	1,98	0,25	12,98	59		
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	Сыр порциями	15	3,49	4,44	0	55,8	0,3	7
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>14,27</b>	<b>16,27</b>	<b>46,58</b>	<b>388,37</b>	<b>2,61</b>	
Второй завтрак	Конд. Изделия	30	0,24	0,03	23,94	97,8		
	Кисломолоч. Напиток	180	5,04	5,76	8,46	104,4	1,26	420
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>5,28</b>	<b>5,79</b>	<b>32,4</b>	<b>202,2</b>	<b>1,26</b>	
Обед	Рассольник ленинградский	200	3,98	5,01	37,09	193,5	51	82
	Клецки куриные с рисом	80	7,51	4,93	5,83	100,24	0,08	329
	Капуста тушеная	150	2,93	6,37	14,87	123,3	101,75	143
	Соус молочный	30	0,81	2,81	3,18	43,52	0,15	370
	Компот	180	0,11	0	21,64	82,22	3,6	390
	Хлеб пшеничный	25	2,075	0,325	12,025	56,75	0	
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	5	0	0	0	0		
	<b>Итого</b>	<b>695</b>	<b>18,59</b>	<b>19,62</b>	<b>107,085</b>	<b>653,03</b>	<b>156,58</b>	
Полдник	Напиток витаминизированный	150	0	0	0	0		418
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
Удешевленный полдник	Суфле из рыбы	80	17,59	12,35	3,65	198,44	0,2	284/371
	Картофель отварной	155	8,83	6,14	86,73	402,32	125,6	136
	Булочка Школьная	60	5,26	3,72	38,92	202,03		54-9в-2020
	Чай	180	0,18	0,04	10,21	40,63	2,86	412
	Хлеб пшеничный	25	2,075	0,325	12,025	56,75	0	
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>33,935</b>	<b>22,575</b>	<b>151,535</b>	<b>900,17</b>	<b>128,66</b>	
<b>Итого за 7 дней</b>		<b>13171</b>	<b>72,075</b>	<b>64,255</b>	<b>337,6</b>	<b>2143,77</b>	<b>289,11</b>	

День: Среда  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Какао с молоком	180	3,68	3,05	11,47	86,52	1,1	416
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Запеканка из творога	110	20,22	13,73	20,06	348,91	0,52	251
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	<b>Итого</b>	<b>325</b>	<b>26,43</b>	<b>20,8</b>	<b>46,03</b>	<b>540,98</b>	<b>1,62</b>	
Второй завтрак	Фрукты	100	1,5	0,5	21	96	10	386
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>1,5</b>	<b>0,5</b>	<b>21</b>	<b>96</b>	<b>10</b>	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	200	2,34	5,07	16,64	116,32	49,01	73
	Биточки рубленные из птицы	80	7,13	4,84	8,26	107,18	0,21	323
	Каша рассыпчатая	130	7,97	4,94	42,9	241,35		330
	Супе молочный	30	0,81	2,81	3,18	43,52	0,15	370
	Сок	200	1	0,2	0,2	92	4	418
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	5	0	0	0	0		
<b>Итого</b>	<b>700</b>	<b>22,915</b>	<b>18,425</b>	<b>98,06</b>	<b>721,97</b>	<b>53,37</b>		
Полдник	Кисломолоч. Пангток	150	4,2	4,8	7,05	87	1,05	420
	<b>Итого</b>	<b>150</b>	<b>4,2</b>	<b>4,8</b>	<b>7,05</b>	<b>87</b>	<b>1,05</b>	
Успокоительный полдник	Макароны отварные с сыром	150	9,15	9,91	32,4	254,41	0,4	220
	Салат из овощей	60	0,74	3,6	1,31	49,79	5,1	37
	Чай	180	0,16	0,03	6,41	25,05	0,11	411
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>11,225</b>	<b>13,715</b>	<b>52,57</b>	<b>382,75</b>	<b>5,61</b>	
<b>Итого за 8 дней</b>		<b>14861</b>	<b>66,27</b>	<b>58,24</b>	<b>224,71</b>	<b>1828,7</b>	<b>71,65</b>	

День: Четверг  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный с крупой	200	6,11	5,13	19,64	150,04	1,4	101
	Молоко кипяченое	180	5,22	4,5	8,64	95,4	1,8	419
	Батон	30	2,37	0,3	15,57	70,8		
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	Сыр порциями	10	2,31	2,94	0	36,95	0,2	7
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>16,05</b>	<b>16,5</b>	<b>43,92</b>	<b>390,64</b>	<b>3,4</b>	
Второй завтрак	Конд. Изделия	30	2,22	3	22,86	121,8		
	Кисломолоч. Напиток	180	5,04	5,76	8,46	104,4	1,26	420
	<b>Итого</b>	<b>210</b>	<b>7,26</b>	<b>8,76</b>	<b>31,32</b>	<b>226,2</b>	<b>1,26</b>	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	200	6,18	4,9	32,66	186,98	34,9	87
	Мясной хлебец "Деликатесный"	100	20,79	11,89	1,58	137,64	0,6	297
	Картофель отварной	155	8,83	6,14	86,73	402,32	125,6	136
	Соус сметанный	30	0,44	1,15	1,95	22,87	0,02	372
	Салат из овощей	60	0,72	3,09	5,36	50,37	28,68	21
	Сок	200	1	0,2	0,2	92	4	418
	Хлеб пшеничный	25	2,075	0,325	12,025	56,75	0	
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	3	0	0	0	0		
	<b>Итого</b>	<b>798</b>	<b>41,21</b>	<b>27,87</b>	<b>152,955</b>	<b>1002,43</b>	<b>193,8</b>	
Полдник	Фрукты	100	0,3	0	10,2	41,4	10	386
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>10,2</b>	<b>41,4</b>	<b>10</b>	
Уплотненный полдник	Биточки рыбные запеченные	80	8,73	3,76	7,75	102,34	0,2	271
	Икра свекольная	150	2,51	7,57	7,66	139,75	24,75	55
	Чай	180	0,18	0,04	10,21	40,63	2,86	412
	Хлеб пшеничный	25	2,075	0,325	12,025	56,75	0	
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Яйца вареные	40	5,08	4,6	0,28	62,8		227
	<b>Итого</b>	<b>500</b>	<b>19,75</b>	<b>16,47</b>	<b>50,375</b>	<b>455,77</b>	<b>27,81</b>	
<b>Итого за 9 дней</b>		<b>16894</b>	<b>84,57</b>	<b>69,6</b>	<b>288,77</b>	<b>2116,44</b>	<b>236,27</b>	

День: Пятница  
 Неделя: 2 неделя  
 Возрастная категория: сад

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак	Суп молочный	200	5,74	5,09	20,37	148,28	1,4	100
	Кофейный напиток с молоком	180	2,67	2,58	14,51	89,06	0,91	414
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Масло порциями	5	0,04	3,63	0,07	37,45		6
	<b>Итого</b>	<b>415</b>	<b>10,94</b>	<b>11,69</b>	<b>49,38</b>	<b>342,89</b>	<b>2,31</b>	
Второй завтрак	Фрукты	100	0,3	0	10,2	41,4	10	386
	<b>Итого</b>	<b>100</b>	<b>0,3</b>	<b>0</b>	<b>10,2</b>	<b>41,4</b>	<b>10</b>	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	200	1,94	4,3	13,78	104,92	32,4	63
	Печень говяжья по-Строгановски	100	16,28	16,91	2,39	242,94	0,1	54 -16м-2020
	Пюре картофельное	150	7,86	6,38	71,8	348,35	102,63	339
	Суп молочный	30	0,81	2,81	3,18	43,52	0,15	370
	Салат из овощей	60	1,16	3	2,66	42,37	6,3	10
	Компот	180	0,11	0	21,64	82,22	3,6	390
	Хлеб пшеничный	30	2,49	0,39	14,43	68,1		
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Соль	3	0	0	0	0		
<b>Итого</b>	<b>778</b>	<b>31,825</b>	<b>33,965</b>	<b>142,33</b>	<b>985,92</b>	<b>145,18</b>		
Полдник	Кисломолоч. Напиток	180	5,04	5,76	8,46	104,4	1,26	420
	<b>Итого</b>	<b>180</b>	<b>5,04</b>	<b>5,76</b>	<b>8,46</b>	<b>104,4</b>	<b>1,26</b>	
Уплотненный полдник	Салат из овощей	60	0,58	0	3,23	15,21	2,88	42
	Булочка Школьная	60	5,26	3,72	38,92	202,03		54-9м-2020
	Чай	180	0,16	0,03	6,41	25,05	0,11	411
	Хлеб ржаной	25	1,175	0,175	12,45	53,5	0	
	Пудинг из творога запеченный	100	15,89	11,09	25,82	313,76	0,39	249
	<b>Итого</b>	<b>425</b>	<b>23,065</b>	<b>15,015</b>	<b>86,83</b>	<b>609,55</b>	<b>3,38</b>	
Итого за 10 дней		18792	71,17	66,43	297,2	2084,16	162,13	