



День 5								
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	150	6,45	5,91	24,14	177,09	0,6	17
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	150	2,52	1,79	16,08	90,89	14,22	5a
ОБЕД	Позы 180/230	180	5,17	5,04	28,35	182,36	0,306	12a
ОБЕД	Кисель	150	0	0	14,66	58,78	0	15a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Икра кабачковая	50	0,48	3,23	2,36	40,94	1,96	1a
УПЛОТНЕНИЕ	Омлет	50	6,33	7,37	1,97	99,11	0,165	35a
УПЛОТНЕНИЕ	Пирог "Куха"	50	6,99	6,32	58,29	318,05	1,065	10a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1409	39,78	39,67	229,19	1436,38	192,761	
День 6								
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	150	5,35	5,45	20,11	149,38	0,6	13
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Огурчик соленный	50	0,4	0,05	0,85	6,5	2,5	4a
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1a
ОБЕД	Плов 180/230	180	4,07	8,84	31,79	223,74	2,538	1a
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИЕ	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	80	2,05	1,5	16,68	92,14	34,664	20a
УПЛОТНЕНИЕ	Манные биточки с джемом	100	8,14	13,7	57,66	382,74	1,12	16a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном Ясли/Сад	150	0,19	0,03	7,74	33,31	3,06	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1469	38,88	43,61	239,92	1501,12	207,08	
День 7								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	150	3,72	3,52	22,71	136,69	0,3	15
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	36	3,57	4,53	12,48	100,16	0,043	16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Свекла с чесноком	50	1,18	1,75	6,85	47,72	7,585	11a
ОБЕД	Суп "Питерский" Ясли/Сад	150	2,82	3,46	17,88	112,5	17,1	21
ОБЕД	Оладьи из печени	80	19,33	10,01	25,85	273,13	26,728	17a
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	100	4,74	2,41	29,04	156,65	0	43
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14a
УПЛОТНЕНИЕ	Картофельная котлета	100	5,86	11,05	29,44	240,99	28,54	69
УПЛОТНЕНИЕ	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1479	53,87	46,67	249,71	1627,14	253,211	
День 8								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	150	6,51	6,02	30,26	199,82	0,6	22
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	150	1,82	1,88	6,69	50,16	0,3	8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	26	2,1	2,51	12,14	76,22	0	2a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Луковый маринад	50	1,05	1,8	5,94	44,87	1,125	19a
ОБЕД	Свекловичник Ясли/Сад	150	4,26	3,16	16,71	112,53	19,215	10a
ОБЕД	Тертели - гречаники 180/230	180	3,31	8,73	12,01	141,71	0,108	2a
ОБЕД	Соус молочный со специями	20	1,18	2,1	3,64	38,09	0,154	2a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
ОБЕД	Компот вишневый	150	0,18	0,04	13,62	56,58	3,375	18a
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из консервированной кукурузы	50	1,16	2,7	5,94	53,19	2,4	8a
УПЛОТНЕНИЕ	Вареники с капустой	100	5,63	6,68	27,07	194,06	33,95	40a
УПЛОТНЕНИЕ	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0	205
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1489	33,65	37	232,51	1397,43	201,417	

День 9								
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	150	5,51	6,06	18,95	150,88	0,6	21
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	50	0,47	0,06	1,46	8,16	5,835	3a
ОБЕД	Суп с клецками Ясли/Сад	150	3,4	2,21	19,05	110,75	12,525	14a
ОБЕД	Котлета из свежей рыбы	60	1,49	6,69	5,03	84,82	0,15	86
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	100	3,87	3,15	24,77	142,78	28,5	4a
ОБЕД	Соус томатный со специями	20	1,19	1,68	3,35	33,27	1,646	1a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Молоко т/п 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3	16
УПЛОТНЕНИЕ	Гречка отварная 100/120	100	4	2,66	20,7	127,03	0	67
УПЛОТНЕНИЕ	Кондитерская колбаска	50	6,7	10,68	28,02	229,93	0,335	8a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1529	41,82	43,94	234,	1486,48	191,741	
День 10								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	150	5,82	5,74	22,14	162,21	0,6	18
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	150	2,14	2,11	6,73	55,2	0,3	2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130	13a
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Свекла с чесноком	50	1,18	1,75	6,85	47,72	7,585	11a
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	150	2,73	2,64	7,32	62,91	0,45	4a
ОБЕД	Овощное рагу 180/230	180	4,36	8,33	24,88	193,21	50,076	19a
ОБЕД	Кисель	150	0	0	14,66	58,78	0	15a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Салат из свежей капусты и огурцов	50	1,66	2,62	4,95	50,92	34,585	24a
УПЛОТНЕНИЕ	Рожки с сыром 120/150	120	7,36	6,84	27,91	203,12	0,084	8a
УПЛОТНЕНИЕ	Ватрушка с джемом	50	6,95	6,32	48,17	278,45	0,865	23a
УПЛОТНЕНИЕ	Чай сладкий	150	0,18	0,04	7,52	31,2	0,09	11a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
УПЛОТНЕНИЕ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1499	40,18	40,	241,16	1479,81	234,735	
День 11								
ЗАВТРАК	Каша манная	150	5,21	5,28	20,27	148,04	0,6	12
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	150	3,75	3,78	9,66	86,19	0,66	10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	26	1,83	2,31	10,98	67,49	0	3a
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10	10
ОБЕД	Лук	2	0,03	0	0,16	0,82	0	2a
ОБЕД	Чеснок	1	0,06	0	0,3	1,49	0,1	7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты	50	1,43	2,59	4,41	47,56	30,625	14a
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	150	2,73	1,79	15,38	88,78	27,12	1a
ОБЕД	Позы 180/230	180	5,17	5,04	28,35	182,36	0,306	12a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0,58	0,12	20,76	85,38	0	5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	341
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,02	52,2	0	343
УПЛОТНЕНИЕ	Суп рыбный Ясли/Сад	150	6,08	2,	13,72	97,37	12,3	6a
УПЛОТНЕНИЕ	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0	205
УПЛОТНЕНИЕ	Чай с лимоном	150	0,26	0,04	7,74	33,75	3,09	9a
УПЛОТНЕНИЕ	Хлеб пшеничный 20/40	20	1,58	0,2	9,66	42,72	0	342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1369	32,99	24,15	202,79	1154,27	84,801	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		16139	424,81	424,86	2546,04	15648,95	2309,874	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1467,18182	38,619	38,624	231,458	1422,631818	209,9885455	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности								
			2,71	2,71	16,27	15648,95	14,76	



День 5							
ЗАВТРАК	Каша молочная гречневая	200	8,6	7,88	32,18	236,12	0,8   17
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88   10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0   2a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130   13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0   2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2   7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75   14a
ОБЕД	Рассольник Ясли/Сад	220	3,7	2,62	23,58	133,3	20,856   5a
ОБЕД	Позы 180/230	230	6,6	6,44	36,22	233,01	0,391   12a
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0   15a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0   341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0   343
УПЛОТНЕНИ	Икра кабачковая	60	0,58	3,88	2,83	49,12	2,352   1a
УПЛОТНЕНИ	Омлет	60	7,6	8,84	2,36	118,94	0,198   35a
УПЛОТНЕНИ	Пирог "Куха"	60	8,38	7,58	69,95	381,65	1,278   10a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08   9a
УПЛОТНЕНИ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10   10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1831	53,38	51,44	301,27	1883,12	207,785
День 6							
ЗАВТРАК	Суп молочный вермишелевый	200	7,14	7,26	26,82	199,18	0,8   13
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88   10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067   16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130   13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0   2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2   7a
ОБЕД	Огурчик соленый	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3   4a
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4,	2,62	22,55	130,22	39,776   1a
ОБЕД	Плов 180/230	230	5,2	11,29	40,62	285,89	3,243   1a
ОБЕД	Компот вишнёвый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5   18a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0   341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0   343
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3   16
УПЛОТНЕНИ	Салат фруктовый (яблоки, апельсины, банан)	90	2,3	1,68	18,77	103,65	38,997   20a
УПЛОТНЕНИ	Манные биточки с джемом	120	9,77	16,44	69,19	459,29	1,344   16a
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном Ясли/Сад	200	0,26	0,04	10,32	44,42	4,08   9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0   342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1911	62,83	56,31	318,6	1976,39	228,187
День 7							
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная	200	4,96	4,7	30,28	182,26	0,4   15
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4   2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом и сыром	56	5,56	7,04	19,42	155,8	0,067   16
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130   13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0   2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2   7a
ОБЕД	Свекла с чесноком	60	1,42	2,09	8,22	57,27	9,102   11a
ОБЕД	Суп "Питерский" Ясли/Сад	220	4,14	5,08	26,22	165	25,08   21
ОБЕД	Оладьи из печени	100	24,16	12,51	32,31	341,41	33,41   17a
ОБЕД	Рожки отварные 100/120	120	5,69	2,89	34,85	187,98	0   43
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469   1a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0   5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0   341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0   343
УПЛОТНЕНИ	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75   14a
УПЛОТНЕНИ	Картофельная котлета	120	7,03	13,26	35,33	289,19	34,248   69
УПЛОТНЕНИ	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231   2a
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12   11a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0   342
УПЛОТНЕНИ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10   10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1931	72,48	61,35	333,04	2158,85	282,477
День 8							
ЗАВТРАК	Каша молочная "Дружба"	200	8,68	8,02	40,34	266,42	0,8   22
ЗАВТРАК	Цикорий с молоком Ясли/Сад	200	2,42	2,5	8,92	66,88	0,4   8a
ЗАВТРАК	Бутерброд с шоколадным маслом	46	3,72	4,44	21,49	134,84	0   2a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130   13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0   2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2   7a
ОБЕД	Луковый маринад	60	1,27	2,16	7,13	53,84	1,35   19a
ОБЕД	Свекольник Ясли/Сад	220	6,26	4,64	24,51	165,04	28,182   10a
ОБЕД	Тфтели - гречаники 180/230	230	4,23	11,15	15,34	181,08	0,138   2a
ОБЕД	Соус молочный со специями	30	1,76	3,15	5,47	57,14	0,231   2a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0   341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0   343
ОБЕД	Компот вишнёвый	200	0,24	0,06	18,16	75,44	4,5   18a
УПЛОТНЕНИ	Салат из консервированной кукурузы	60	1,39	3,25	7,13	63,82	2,88   8a
УПЛОТНЕНИ	Вареники с капустой	120	6,76	8,02	32,48	232,87	40,74   40a
УПЛОТНЕНИ	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0   205
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12   11a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0   342
УПЛОТНЕНИ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10   10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1941	47,66	49,47	306,86	1856,15	219,541

День 9							
ЗАВТРАК	Каша молочная "Геркулес"	200	7,34	8,08	25,26	201,18	0,8 21
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88 10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0 3a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130 13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Огурцы свежие кусочком	60	0,56	0,07	1,75	9,8	7,002 3a
ОБЕД	Суп с клецками Ясли/Сад	220	4,99	3,23	27,94	162,43	18,37 14a
ОБЕД	Котлета из свежей рыбы	80	1,99	8,92	6,71	113,09	0,2 8b
ОБЕД	Картофельное пюре 100/120	120	4,64	3,78	29,72	171,34	34,2 4a
ОБЕД	Соус томатный со специями	30	1,78	2,51	5,02	49,9	2,469 1a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0 5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
УПЛОТНЕНИ	Молоко т/л 100	100	2,9	3,2	4,7	60	1,3 1b
УПЛОТНЕНИ	Гречка отварная 100/120	120	4,8	3,19	24,84	152,44	0 67
УПЛОТНЕНИ	Кондитерская колбаска	60	8,04	12,82	33,62	275,92	0,402 8a
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12 11a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1971	56,68	57,13	313,51	1972,64	205,943
День 10							
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная	200	7,76	7,66	29,52	216,28	0,8 18
ЗАВТРАК	Какао с молоком Ясли/Сад	200	2,86	2,82	8,98	73,6	0,4 2a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0 3a
ЗАВТРАК 2	Напиток из шиповника	100	0,32	0,14	19,45	81,65	130 13a
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Свекла с чесноком	60	1,42	2,09	8,22	57,27	9,102 11a
ОБЕД	Бульон с гречками и яйцом Ясли/Сад	220	4,	3,87	10,74	92,27	0,66 4a
ОБЕД	Овощное рагу 180/230	230	5,57	10,65	31,79	246,88	63,986 19a
ОБЕД	Кисель	200	0,	0,	19,54	78,38	0 15a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
УПЛОТНЕНИ	Салат из свежей капусты и огурцов	60	2,02	3,14	5,95	61,1	41,502 24a
УПЛОТНЕНИ	Рожки с сыром 120/150	150	9,2	8,55	34,89	253,91	0,105 8a
УПЛОТНЕНИ	Ватрушка с джемом	60	8,33	7,58	57,8	334,13	1,038 23a
УПЛОТНЕНИ	Чай сладкий	200	0,24	0,06	10,02	41,6	0,12 11a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
УПЛОТНЕНИ	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1961	55,02	52,49	320,82	1961,6	257,913
День 11							
ЗАВТРАК	Каша манная	200	6,94	7,04	27,02	197,38	0,8 12
ЗАВТРАК	Чай с молоком Ясли/Сад	200	5,	5,04	12,88	114,92	0,88 10a
ЗАВТРАК	Бутерброд с маслом	46	3,24	4,09	19,42	119,4	0 3a
ЗАВТРАК 2	Фрукты 100	100	0,4	0,4	9,8	47	10 10
ОБЕД	Лук	3	0,04	0,01	0,25	1,23	0 2a
ОБЕД	Чеснок	2	0,13	0,01	0,6	2,98	0,2 7a
ОБЕД	Салат из свежей капусты	60	1,72	3,1	5,29	57,08	36,75 14a
ОБЕД	Борщ Ясли/Сад	220	4,	2,62	22,55	130,22	39,776 1a
ОБЕД	Позы 180/230	230	6,6	6,44	36,22	233,01	0,391 12a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	200	0,78	0,16	27,68	113,84	0 5a
ОБЕД	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,37	0,3	14,49	64,08	0 341
ОБЕД	Хлеб ржаной	60	3,96	0,72	20,04	104,4	0 343
УПЛОТНЕНИ	Суп рыбный Ясли/Сад	220	8,91	2,93	20,13	142,8	18,04 6a
УПЛОТНЕНИ	Зефир	40	0,32	0,04	31,92	130,4	0 205
УПЛОТНЕНИ	Чай с лимоном	200	0,34	0,06	10,32	45	4,12 9a
УПЛОТНЕНИ	Хлеб пшеничный 20/40	40	3,16	0,4	19,32	85,44	0 342
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1861	47,91	33,36	277,93	1589,18	110,957
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		21151	585,83	557,22	3409,22	20857,4	2577,195
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1922,81818	53,257	50,656	309,929	1896,127273	234,2904545
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			2,81	2,67	16,35	20857,4	12,36

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426834

Владелец Глуховская Алёна Александровна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024