

Заседание МБНОУ
Детский сад № 19 "Золотой
петушок" Незабудой
Ряжкина И.В.
Приказ № 151-ОД от 30.09.2024г.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
			Б				В1	В2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
			Б	Ж	У										
Неделя I															
I день															
Завтрак:	Яйцо вареное	С 40/шт.	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 209 М.П. Могильный 2005
	Макаронные изделия, отварные с овощами	С 130	5,10	4,60	0,30	63,00	0,03	0,18	0,08	0,00	22,00	0,00	76,80	1,00	№ 433 А.Я.Перевалов 2012
	Булочка «Ладушка» витаминизированная из пшеничной муки с маслом	Я 110	4,79	5,78	23,34	171,90	0,05	0,02	0,67	2,29	15,73	19,65	32,21	1,11	
		Я 110	4,05	4,89	19,76	145,40	0,04	0,02	2,46	1,93	13,31	16,60	27,25	0,94	
		С 25/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,04	0,02	0,39	0,00	6,28	6,68	23,28	0,42	
	Крестьянским (порциями)	Я 25/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0,03	0,02	0,37	0,00	4,65	4,95	21,83	0,31	№ 1 М.П. Могильный 2005
	Чай с сахаром	С 200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	
	Я 180/10	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28		
	Итого: сад	С 402	11,62	15,50	44,61	371,10	0,12	0,22	1,16	2,32	55,11	27,73	135,07	2,84	
	Итого: ясли	С 360	10,44	13,29	37,36	316,40	0,10	0,22	2,93	1,96	49,96	22,85	128,38	2,53	№ 338 М.П. Могильный 2005
Плоды свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С 100/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20		
Я 100/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20			
С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00			
2-завтрак:	Рассольник ленинградский с крупной перловкой	С 200	1,68	4,09	13,27	96,60	0,09	0,06	1,14	6,03	21,16	20,72	164,00	0,78	№ 389 М.П. Могильный 2005
	Бигос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой)	Я 150	1,26	3,07	9,95	72,45	0,07	0,05	0,90	4,52	15,87	15,54	123,00	0,58	№ 594 А.И.Здобнов 2005
	С 150	14,44	27,03	8,93	336,71	0,07	0,14	2,87	20,09	57,50	35,48	154,98	2,12		
	Я 150	14,44	27,03	8,93	336,71	0,07	0,14	2,87	20,09	57,50	35,48	154,98	2,12		
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С 180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	
	Я 150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33		
	С 35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,06	0,02	0,56	0,00	8,05	11,55	30,47	0,70		
	Хлеб пшеничный	Я 20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб ржаной	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	
	Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
Итого: сад	С 652	21,68	32,10	64,60	635,42	2,17	0,27	4,83	28,46	114,03	88,38	407,91	5,44	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
Итого: ясли	С 530	19,56	30,83	49,29	553,87	1,78	0,24	4,30	26,51	99,61	74,42	342,78	4,60		
Каша жидкая молочная из рисовой крупы	С 150	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04		№ 182 М.П. Могильный 2005
Я 130	1,42	3,31	14,65	94,47	0,01	0,02	0,42	0,10	19,50	2,60	15,92	0,04			
Какао с молоком ж 2,5% (1 вариант)	С 180	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 397 М.П. Могильный 2012	
Я 150	3,15	2,72	12,96	89,00	0,00	0,00	0,11	0,00	91,50	13,50	90,00	0,45			
Итого: сад	С 330	5,31	7,01	32,72	216,00	0,01	0,02	0,63	0,11	132,30	19,20	126,40	0,58		
Итого: ясли	С 280	4,57	6,03	27,61	183,47	0,01	0,02	0,53	0,10	111,00	16,10	105,92	0,49		
Подник	Всего за день: сад	С 1384	38,61	54,61	141,93	1222,52	2,29	0,51	6,62	30,89	301,44	135,31	669,38	8,86	
	Всего за день: ясли	Я 1170	34,57	50,15	114,26	1053,74	1,89	0,48	7,76	28,57	260,57	113,37	577,08	7,62	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества				Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
								B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe	
			Б	Ж	У	Y										
Завтрак	Каша жидкая молочная яичная	С 180	4,15	5,48	23,71	160,80	0,12	0,05	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 182 М.П.Могильный 2005	
		Я 150	3,46	4,57	19,76	134,00	0,10	0,04	0,50	0,00	9,90	24,70	104,10	0,82		
		С 20/15	3,68	5,35	11,33	108,11	0,04	0,05	0,40	0,06	74,75	10,42	64,93	0,55		
		Я 15/10	2,63	3,82	8,09	77,22	0,03	0,04	0,29	0,04	53,39	7,44	46,38	0,39		
		С 200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60		
	Бутерброд с полутвердым сыром «Российский» (порциями ж.50%) Кофейный напиток с молоком ж.2,5%(1вариант)	Я 180	2,81	2,39	12,75	83,90	0,94	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	№ 3 М.П.Могильный 2005	
		С 415	10,95	13,49	49,21	362,21	1,21	0,10	0,82	0,06	208,63	58,06	309,85	2,13		
		Я 355	8,90	10,78	40,60	295,12	1,07	0,08	0,93	0,04	173,09	48,34	258,48	1,75		
		С 100/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20		
		Я 100/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20		
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389 М.П.Могильный 2005	
		Я 200/1шт.	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00		
		С 50	0,55	0,10	1,90	12,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,00	8,90	0,45	12,50		№ 120 А.Я.Перевалов 2012
		Я 30	0,33	0,06	1,14	7,20	0,00	0,00	0,00	0,00	4,20	5,34	0,27	7,50		
		С 200	2,15	2,27	13,71	83,80	0,75	0,00	1,04	0,08	2,58	36,24	97,68	20,00		
	Суп картофельный с макаронными изделиями Голубцы ленивые	Я 150	1,61	1,70	10,28	62,85	0,56	0,00	0,78	0,06	1,94	27,18	73,26	15,00	№ 103 М.П.Могильный 2005	
		С 150	10,61	6,81	15,04	164,00	0,40	0,17	1,70	0,00	17,40	19,00	79,00	1,32		
		Я 130	8,84	5,68	12,53	136,67	0,33	0,14	1,46	0,00	15,11	16,50	68,50	1,01		
		С 180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52		
		Я 150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10		
Обед	Компот из смеси сухофруктов	С 40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 522 А.Я.Перевалов 2012	
		Я 30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60		
		С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44		
		Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
		С 657	19,32	9,95	87,51	519,71	3,16	0,23	3,74	0,08	65,43	124,43	352,29	38,58		
	Итого: сад	Я 520	15,46	8,04	69,23	413,30	2,54	0,19	3,01	0,06	51,40	97,77	283,78	27,38	№ 122 А.Я.Перевалов 2012	
		С 120	21,21	16,93	21,08	324,70	0,03	0,03	0,77	0,00	120,11	31,20	272,40	12,03		
		Я 100	16,88	13,48	16,92	258,82	0,02	0,02	0,64	0,00	90,01	26,00	227,00	4,17		
		С 30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05		
		Я 30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05		
Полдник	Соус молочный ж.2,5% сладкий	С 180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	№ 217/218 М.П.Могильный 2005	
		Я 150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15		
		С 330	26,79	22,22	32,41	440,21	0,11	0,36	0,99	1,36	354,92	59,04	449,09	12,26		
		Я 280	21,66	18,12	27,03	360,16	0,09	0,30	0,83	1,15	288,82	49,64	376,69	4,37		
		С 1402	57,06	45,66	169,13	1322,13	4,48	0,69	5,55	1,50	628,98	241,53	1111,23	52,97		
	Итого: сад	Я 1155	46,02	36,94	136,86	1068,58	3,70	0,57	4,77	1,25	513,31	195,75	918,95	33,50	№ 386 М.П.Могильный 2005	
		С 1402	57,06	45,66	169,13	1322,13	4,48	0,69	5,55	1,50	628,98	241,53	1111,23	52,97		
		Я 1155	46,02	36,94	136,86	1068,58	3,70	0,57	4,77	1,25	513,31	195,75	918,95	33,50		
		С 1402	57,06	45,66	169,13	1322,13	4,48	0,69	5,55	1,50	628,98	241,53	1111,23	52,97		
		Я 1155	46,02	36,94	136,86	1068,58	3,70	0,57	4,77	1,25	513,31	195,75	918,95	33,50		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями	С 180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121 М.П.Могильный 2005
	Бутерброд с повидлом (масло)	Я 150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	
	Сладко-сливочное крестьянское (ж. 2,5%)	С 20/15/5	1,58	2,51	17,54	99,27	0,03	0,02	0,32	0,07	6,93	7,20	18,71	0,56	№ 2 М.П.Могильный 2005
	Чай с молоком ж. 2,5%	Я 15/10/5	1,13	1,79	12,53	70,91	0,02	0,01	0,23	0,05	4,95	5,14	13,36	0,40	
	Итого: сад	С 200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	№ 394 М.П.Могильный 2012
2-завтрак	Итого: ясли	С 415	8,88	9,68	48,60	317,23	0,17	0,37	0,68	2,08	252,54	39,89	264,69	1,15	
	Молоко кипяченое ж. 2,5%	С 355	7,41	7,94	39,48	259,21	0,14	0,51	0,54	1,83	222,07	34,02	224,53	0,92	
	Овощи натуральные соленные (огурцы)	С 200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 385 М.П.Могильный 2005
	Суп картофельный с крупой гречневой	Я 150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	
	Плов из птицы	С 50	0,40	0,05	0,85	6,50	0,01	0,01	0,35	1,35	6,20	0,00	21,00	1,35	№ 70 М.П.Могильный 2005
Обед	Компот из свежих плодов (яблоки)	Я 30	0,24	0,03	0,50	3,90	0,01	0,01	0,21	0,81	3,72	0,00	12,60	0,81	
	Хлеб пшеничный	С 200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 101 М.П.Могильный 2005
	Хлеб ржаной	Я 150	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02	
	Итого: сад	С 150	14,17	11,96	25,08	264,40	0,06	0,13	5,60	2,02	38,40	30,00	150,00	2,75	№ 291 М.П.Могильный 2005
	Итого: ясли	С 180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521 М.П.Могильный 2012
Полдник	Пирожок печеный из дрожжевого теста с картофелем	Я 150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
	Чай с лимоном	С 40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	
	Итого: сад	С 37	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: ясли	С 60	3,63	4,24	21,90	140,12	0,06	0,04	0,75	0,09	13,95	17,39	58,46	1,44	
	Всего за день: сад	С 60	3,63	4,24	21,90	140,12	0,06	0,04	0,75	0,09	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 557 А.Я.Перевалов 2012
	Всего за день: ясли	С 200/11/9	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393 М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	С 150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	
	Итого: ясли	С 260	3,76	4,26	33,20	185,62	0,06	0,05	0,75	0,19	13,30	0,72	35,10	1,26	
	Всего за день: сад	С 210	3,70	4,25	29,00	169,12	0,06	0,05	0,75	0,19	13,76	0,72	35,10	1,18	
	Всего за день: ясли	С 1332	34,78	31,17	161,68	1072,88	2,40	0,69	9,42	14,06	373,36	130,84	728,05	10,51	
		Я 1105	31,36	28,14	136,21	928,79	1,99	0,80	8,69	11,31	326,29	111,24	618,73	8,78	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe		
4 день																
Завтрак	Каша жидкая молочная из пшеничной крупы	С 180	6,68	6,53	32,75	219,36	0,12	0,05	0,27	0,00	11,88	29,64	124,92	0,98	№ 279	А.Я.Перевалов 2012
	Бутерорд с маслом сладко-сливочным Крестьянским (порциями ж. 72,5%)	Я 150	5,57	5,44	27,29	182,80	0,10	0,04	0,50	0,00	9,90	24,70	104,10	0,82	№ 1	М.П.Могильный 2005
	Какао с молоком ж.2,5% (1 вариант)	С 20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 397	М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	Я 15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	№ 389	М.П.Могильный 2005
	Итого: ясли	С 200	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	М.П.Могильный 2012	
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	Я 180/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	0,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338	М.П.Могильный 2005
	Икра овощная	С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389	М.П.Могильный 2005
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	Я 200/1шт.	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 53	М.П.Могильный 2012
	Гренки из пшеничного хлеба	С 50	0,45	2,35	2,97	34,80	0,02	0,02	0,23	2,82	9,08	6,60	11,40	0,30	№ 102	М.П.Могильный 2005
	Тефтели рыбные	Я 30	0,27	1,41	1,78	20,88	0,01	0,01	0,14	1,69	5,45	3,96	6,84	0,18	№ 115	М.П.Могильный 2012
Обед	Соус сметанный ж.15% с томатом	С 200	4,39	4,21	13,08	107,80	0,05	0,04	0,68	8,00	36,80	23,60	147,20	0,06	№ 239	М.П.Могильный 2005
	Каша рассыпчатая ячневая	Я 50	3,29	3,16	9,79	80,85	0,05	0,04	0,61	7,20	33,12	21,24	132,50	0,05	№ 331	М.П.Могильный 2005
	Кисель из повидла, джема, варенья	С 30	3,74	0,48	22,82	110,46	0,08	0,03	0,76	0,00	10,88	15,60	41,11	0,95	№ 302	М.П.Могильный 2005
	Хлеб пшеничный	Я 20	2,49	0,32	15,21	73,64	0,05	0,02	0,51	0,00	7,25	10,40	27,41	0,63	№ 383	М.П.Могильный 2012
	Хлеб ржаной	С 70	6,19	1,44	6,43	63,38	0,06	0,13	5,60	0,22	19,36	21,35	150,00	0,50	М.П.Могильный 2012	
Полдник	Рагу из овощей	Я 50	4,42	1,03	4,59	45,27	0,04	0,09	4,00	0,16	13,83	15,25	107,14	0,36	№ 122	А.Я.Перевалов 2012
	Кондитерские изделия (печенье или пряники)	С 30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 123	А.Я.Перевалов 2012
	Чай с сахаром	Я 130	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70	№ 123	А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С 180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 137	М.П.Могильный 2012
	Итого: ясли	Я 150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	№ 602, 603, 604	А.Я.Перевалов 2012
	Всего за день: сад	С 15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 122	А.Я.Перевалов 2012
	Всего за день: ясли	Я 10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 123	А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Итого: ясли	Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Всего за день: сад	С 662	18,46	9,05	85,23	497,40	2,17	0,27	7,79	11,10	102,97	90,70	426,22	3,81	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Всего за день: ясли	Я 540	13,28	6,36	63,01	363,39	1,76	0,20	5,65	9,10	80,35	69,26	334,19	2,81	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	С 130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73	№ 602, 603, 604	А.Я.Перевалов 2012
	Итого: ясли	Я 110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62	№ 122	А.Я.Перевалов 2012
	Всего за день: сад	С 30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 122	А.Я.Перевалов 2012
	Всего за день: ясли	Я 15	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	№ 122	А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С 15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Итого: ясли	Я 10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Всего за день: сад	С 200/11	0,07	0,02	11,10	44,40	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Всего за день: ясли	Я 150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Всего за день: сад	С 375	5,43	12,27	52,88	343,95	0,11	0,10	0,96	6,87	55,07	19,46	56,54	1,97	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Всего за день: ясли	Я 285	3,61	9,35	36,29	243,80	0,09	0,07	0,67	5,81	43,57	13,55	39,41	1,41	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	С 1444	36,43	36,58	188,01	1271,18	2,42	0,44	9,51	17,98	298,20	164,48	747,32	7,78	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Итого: ясли	Я 1175	28,26	28,12	149,72	964,99	1,97	0,32	7,21	14,91	248,27	128,36	600,25	5,89	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Всего за день: сад	С 1175	28,26	28,12	149,72	964,99	1,97	0,32	7,21	14,91	248,27	128,36	600,25	5,89	№ 392	М.П.Могильный 2012
	Всего за день: ясли	Я 1175	28,26	28,12	149,72	964,99	1,97	0,32	7,21	14,91	248,27	128,36	600,25	5,89	№ 392	М.П.Могильный 2012

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
Завтрак	Суп молочный с крупой рисовой	С 180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121 М.П. Могильный 2005
	бульон с маслом сливочным	Я 150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	№ 1 М.П. Могильный 2005
	сливочным Крестьянским (порциями ж. 72,5%)	С 20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	№ 393 М.П. Могильный 2012
	Чай с лимоном	Я 15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	№ 393 М.П. Могильный 2012
	Итого: сад	С 200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,80	
	Итого: ясли	Я 180/10/7	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	
	Итого: сад	С 407	6,12	9,69	36,31	256,46	0,13	0,22	0,58	0,78	130,79	23,97	172,84	1,40	
2-завтрак:	Плоды свежие (яблоки) или	С 100/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338 М.П. Могильный 2005
	сок фруктов (яблочный)	Я 100/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 389 М.П. Могильный 2005
	Икра свекольная	С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 75 М.П. Могильный 2005
	Борщ с капустой и картофелем	Я 200/1шт.	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 57 М.П. Могильный 2012
	Пампушки с чесноком	С 20	0,60	2,35	3,85	39,00	0,01	0,01	0,35	5,00	11,50	7,00	21,00	0,30	№ 184 А.И. Здобнов 2005
	Зразы рыбные рубленые	Я 20	0,70	1,38	3,70	30,03	0,01	0,01	0,21	3,00	6,90	4,20	12,60	0,18	№ 237 М.П. Могильный 2005
	Пюре картофельное или картофель отварной	С 200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 312/125 М.П. Могильный 2005
Обед	Компот из смеси сухофруктов	Я 150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	№ 522 А.Я. Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	С 20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 122 А.Я. Перевалов 2012
	Хлеб ржаной	Я 20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 123 А.Я. Перевалов 2012
	Итого: сад	С 70	9,41	4,66	10,54	121,34	0,07	0,09	1,10	1,60	44,21	26,25	145,72	0,97	
	Итого: ясли	Я 50	6,72	3,33	7,53	86,67	0,05	0,06	0,79	1,14	31,58	18,78	104,09	0,69	
	Шанежка наливная	С 130	2,65	4,16	17,71	118,95	0,05	0,34	0,42	1,90	15,60	13,00	26,86	0,33	№ 564 А.Я. Перевалов 2012
	Молоко кипяченое ж. 2,5%	Я 110	2,25	3,52	14,98	100,65	0,04	0,28	0,35	1,60	13,20	11,00	22,70	0,28	№ 385 М.П. Могильный 2005
Полдник	Итого: сад	С 180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	
	Итого: ясли	Я 150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	
	Хлеб пшеничный	С 20	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,02	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	
	Хлеб ржаной	Я 10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	
	Итого: сад	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	
	Итого: ясли	Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
	Итого: сад	С 707	19,80	16,51	97,72	620,30	2,18	0,56	3,67	25,42	149,52	120,14	442,00	6,80	
	Итого: ясли	Я 550	15,12	12,42	77,70	481,53	1,79	0,44	2,84	20,98	117,59	94,49	346,96	5,39	
	Шанежка наливная	С 60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	
	Молоко кипяченое ж. 2,5%	Я 60	4,69	4,14	30,28	177,19	0,08	0,06	1,03	0,06	20,73	0,00	55,60	0,58	
	Итого: сад	С 200	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	
	Итого: ясли	Я 150	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	
	Всего за день: сад	С 260	10,80	9,58	40,39	290,49	0,16	0,38	1,24	2,79	273,53	24,46	245,20	0,79	
	Всего за день: ясли	Я 210	9,27	8,22	37,86	262,19	0,14	0,30	1,19	2,11	210,33	22,10	197,80	0,74	
	Всего за день: сад	С 1374	36,72	35,78	174,42	1167,25	2,47	1,16	5,49	28,99	553,84	168,57	860,04	8,99	
	Всего за день: ясли	Я 1110	30,20	28,24	142,59	940,02	2,03	1,12	4,48	23,77	441,65	136,22	686,98	7,31	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
Неделя 2															
6 День															
Завтрак	Яйцо вареное	С 40/1шт. Я 40/1шт.	5,10 5,10	4,60 4,60	0,30 0,30	63,00 63,00	0,03 0,03	0,18 0,18	0,08 0,08	0,00 0,00	22,00 22,00	0,00 0,00	76,80 76,80	1,00 1,00	№ 209 М.П.Могильный 2005
	Ратун из овощей	С 130 Я 110	1,97 1,67	9,19 7,78	12,08 10,22	139,20 117,80	0,06 0,05	0,06 0,05	0,39 0,33	6,84 5,78	31,82 26,92	6,93 5,86	22,50 19,10	0,73 0,62	№ 137 М.П.Могильный 2012
	витаминизированная из пшеничной муки с маслом сладко- сливочным Крестьянским (порциями) 72,5%	С 25/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,04	0,02	0,39	0,00	6,28	6,68	23,28	0,42	№ 1 М.П.Могильный 2005
	Чай с сахаром	Я 25/5	1,23	3,78	7,31	68,00	0,03	0,02	0,37	0,00	4,65	4,95	21,83	0,31	№ 392 М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	С 402	8,80	18,91	33,35	338,40	0,13	0,26	0,88	6,87	71,20	15,01	125,36	2,46	
	Итого: ясли	Я 360	8,06	16,18	27,82	288,80	0,11	0,25	0,80	5,81	63,57	12,11	120,23	2,21	
	Плоды свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	Я 100/1шт. С 200 Я 200/1шт.	0,40 1,00 1,00	0,40 0,00 0,00	9,80 20,20 20,20	44,00 85,30 85,30	0,03 0,00 0,00	0,02 0,00 0,00	0,30 0,11 0,00	10,00 0,00 0,00	16,00 17,00 17,00	9,00 9,00 9,00	11,00 12,00 12,00	2,20 2,00 2,00	№ 338 М.П.Могильный 2005 № 389 М.П.Могильный 2005 № 70 М.П.Могильный 2005
Овощи натуральные соленые (огурцы)	Я 30 С 200 Я 150	0,24 1,67 1,26	0,03 2,69 2,02	0,50 9,71 7,28	3,90 69,80 52,35	0,01 0,24 0,18	0,01 0,72 0,54	0,21 1,80 1,35	0,81 6,30 6,12	3,72 25,80 2,02	0,00 19,80 28,30	12,60 102,00 76,30	0,81 1,44 1,08	№ 108 М.П.Могильный 2005 Цитатель-трейд 2005 № 383	
Обед	Жаркое из кур (вариант 2)	С 150 Я 150	7,13 0,18	4,62 4,62	13,74 13,74	125,80 125,80	0,60 0,60	0,00 0,00	0,80 0,80	6,12 6,12	2,02 2,02	28,30 76,30	15,60	№ 10,22	
	Кисель из повидла, джема, варенья	Я 150 С 35 Я 20 Я 37 Я 30	0,07 2,66 1,52 2,47 1,98	0,00 0,28 0,16 0,45 0,36	0,00 17,22 9,84 12,52 10,02	67,05 82,25 47,00 65,25 52,20	0,00 0,06 0,03 1,94 1,60	0,00 0,02 0,01 0,04 0,03	0,02 0,56 0,32 0,26 0,21	0,05 0,00 0,00 0,00 0,00	7,90 8,05 4,60 13,95 10,50	1,01 11,55 6,60 17,39 14,10	4,20 30,47 17,40 58,46 47,40	0,22 0,70 0,40 1,44 1,17	М.П.Могильный 2012 № 122 А.Я.Перевалов 2012 № 123 А.Я.Перевалов 2012
	Итого: сад	С 652	14,41	8,09	74,07	430,06	2,85	0,79	3,79	15,93	74,07	84,85	327,23	20,79	
	Итого: ясли	Я 530	12,20	7,19	58,08	348,30	2,42	0,59	2,91	13,28	54,54	69,81	259,90	19,28	
	Каша жидкая молочная из пшениной крупы	Я 150 Я 130 С 180	3,46 3,00 2,81	4,57 3,96 2,39	19,76 17,13 12,75	134,00 116,13 83,90	0,04 0,03 0,94	0,02 0,02 0,00	0,83 0,72 0,14	0,00 0,00 0,12	9,90 8,58 109,80	24,70 21,41 16,20	37,50 32,50 108,00	0,82 0,71 0,54	№ 182 М.П.Могильный 2005 № 395 М.П.Могильный 2005
	Кофейный напиток с молоком ж 2,5% (1 вариант)	Я 150 С 330	2,34 6,27	2,00 6,96	10,63 32,51	70,00 217,90	0,78 0,98	0,00 0,02	0,00 0,97	0,00 0,00	91,50 119,70	13,50 40,90	90,00 145,50	0,45 1,36	М.П.Могильный 2012
	Итого: ясли	Я 280	5,34	5,96	27,76	186,13	0,82	0,02	0,84	0,00	100,08	34,91	122,50	1,16	
Полдник	Всего за день: сад	С 1384	29,48	33,96	139,93	986,36	3,96	1,07	5,64	22,81	264,97	140,76	598,09	24,61	
	Всего за день: ясли	Я 1170	25,60	29,33	113,66	823,23	3,35	0,86	4,54	19,09	218,19	116,83	502,63	22,65	

Прим пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe	
Завтрак	Суп молочный с крупной яичевой	С 180	4,33	4,57	15,14	119,16	0,10	0,19	0,24	0,68	119,11	17,29	153,20	0,18	№ 121 М.П. Могильный 2005
	Бутерброд с полутвердым сыром «Росийский» (порция ж. 50%)	Я 150	3,61	3,81	12,62	99,30	0,08	0,36	0,20	0,58	103,22	14,98	127,67	0,15	№ 3 М.П. Могильный 2005
	Какао с молоком ж. 2,5%(1 вариант)	С 20/15	3,68	5,35	11,33	108,11	0,04	0,05	0,40	0,06	74,75	10,42	64,93	0,55	
	Я 15/10	Я	2,63	3,82	8,09	77,22	0,03	0,04	0,29	0,04	53,39	7,44	46,38	0,39	№ 397 М.П. Могильный 2012
	С 200	С	4,20	3,63	7,28	118,67	0,00	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	
	Я 180	Я	3,67	3,19	15,82	107,00	0,00	0,00	0,14	0,00	109,80	16,20	108,00	0,54	
2- завтрак	Итого: сад	С 415	12,21	13,55	33,75	345,94	0,14	0,24	0,79	0,74	315,86	45,71	338,13	1,33	№ 385 М.П. Могильный 2005
	Итого: ясли	Я 355	9,91	10,82	36,53	283,52	0,11	0,40	0,63	0,62	266,41	38,62	282,05	1,08	
	С 200	С	6,11	5,44	10,11	113,30	0,08	0,32	0,21	2,73	252,80	24,46	189,60	0,21	№ 75 М.П. Могильный 2005
	Я 150	Я	4,58	4,08	7,58	85,00	0,06	0,24	0,16	2,05	189,60	22,10	142,20	0,16	
	С 50	С	0,60	2,35	3,85	39,00	0,01	0,01	0,35	5,00	11,50	7,00	21,00	0,30	№ 101 М.П. Могильный 2005
	Я 30	Я	0,70	1,38	3,70	30,03	0,01	0,01	0,21	3,00	6,90	4,20	12,60	0,18	
Обед	Суп картофельный с крупой пшеничной	С 200	1,63	4,20	9,09	85,27	0,09	0,06	1,14	6,08	26,40	26,40	164,00	1,36	№ 279 М.П. Могильный 2005
	Я 150	Я	1,22	3,15	6,82	63,95	0,07	0,05	0,90	4,56	19,80	19,80	123,00	1,02	
	С 70	С	11,48	18,90	17,09	284,20	0,07	0,12	2,80	0,00	15,75	22,75	113,75	1,05	№ 331 М.П. Могильный 2005
	Я 50	Я	8,20	13,50	12,20	203,00	0,05	0,09	2,00	0,00	11,25	16,25	81,25	0,75	
	С 30	С	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	№ 203 М.П. Могильный 2005
	Я 30	Я	0,53	1,50	2,11	24,03	0,02	0,03	6,00	18,00	9,00	6,00	12,00	0,24	
Подник	Макаронные изделия отварные	С 130	4,76	3,65	22,85	143,40	0,12	0,07	1,48	0,00	27,70	33,00	121,33	2,77	№ 521 М.П. Могильный 2012
	Я 110	Я	4,03	3,09	19,33	121,30	0,10	0,06	1,25	0,00	23,50	27,90	102,70	2,35	
	Компот из свежих плодов (яблоки)	С 180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 122 А.Я.Перевалов 2012
	Я 150	С	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33	
	Хлеб пшеничный	С 40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
	Я 30	Я	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	
	Хлеб ржаной	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 223 М.П. Могильный 2005
	Я 30	Я	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
	Итого: сад	С 737	24,94	31,62	99,85	789,76	2,32	0,36	12,67	31,42	126,87	128,98	525,34	8,36	№ 327 М.П. Могильный 2005
	Итого: ясли	Я 580	19,30	23,43	79,49	610,52	1,90	0,28	11,05	27,46	98,99	100,85	405,05	6,64	
	Запеканка из творога ж. 5%	С 120	21,05	14,46	20,58	296,48	0,06	0,04	0,61	0,36	182,40	27,60	168,00	1,04	№ 393 М.П. Могильный 2012
	Я 100	Я	17,54	12,05	17,15	247,00	0,05	0,03	0,51	0,30	152,00	23,00	140,00	0,87	
	Соус молочный сладкий	С 30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05	М.П.Могильный 2012
	Я 30	Я	0,58	1,36	3,98	30,45	0,01	0,02	0,04	0,10	18,81	2,64	14,69	0,05	
	Чай с лимоном	С 200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	М.П.Могильный 2012
	Я 150/7/4	Я	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72	
	Итого: сад	С 350	21,76	15,84	35,86	372,43	0,07	0,07	0,65	0,56	206,61	30,24	182,69	1,89	
	Итого: ясли	Я 280	18,19	13,42	28,23	306,45	0,06	0,06	0,55	0,50	176,67	25,64	154,69	1,64	
	Всего за день: сад	С 1502	58,91	61,01	169,46	1508,13	2,53	0,67	14,11	32,72	649,34	204,93	1046,16	11,58	
	Всего за день: ясли	Я 1215	47,40	47,67	144,25	1200,49	2,07	0,74	12,23	28,58	542,07	165,11	841,79	9,36	

Прим пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг					№ рецептуры	
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe		
8 день																
Завтрак	Каша жидкая молочная из рисовой крупы Бутерброд с маслом сливочно- сливочным Крестьянским (порциями ж.72,5%)	С	180	1,96	4,58	20,27	130,70	0,01	0,03	0,59	0,13	27,00	3,60	22,08	0,05	№ 182 М.П.Могильный 2005
		Я	150	1,64	3,82	16,90	109,00	0,01	0,02	0,49	0,11	22,50	3,00	18,40	0,04	
		С	20/7	1,66	5,10	9,87	91,80	0,03	0,02	0,34	0,00	6,28	6,68	19,64	0,42	
		Я	15/5	2,13	3,78	7,31	68,00	0,02	0,01	0,25	0,00	4,65	4,65	14,55	0,31	№ 394 М.П.Могильный 2012
		С	200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41	
Я	180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37			
2-завтрак:	Чай с молоком ж.2,5% Итого: сад Итого: ясли Плоды свежие (яблоко) или сок фруктовый (яблочный)	С	407	6,59	12,28	46,06	321,30	0,08	0,21	1,05	1,46	159,78	25,68	134,50	0,88	№ 218 А.И.Злобнов 2005
		Я	350	6,44	9,94	38,54	266,00	0,07	0,17	0,85	1,31	141,05	21,55	116,45	0,72	
		С	100/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	
		Я	100/1шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 389 М.П.Могильный 2005
		С	200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	
Я	200/1шт.	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00			
Обед	Суп-лапша домашняя Котлета рубленная из бройлер- цыплят Капустя тушеная Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной Итого: сад Итого: ясли Варушка с повидлом Чай с сахаром Итого: сад Итого: ясли Всего за день: сад Всего за день: ясли	С	200	1,77	4,05	9,54	81,80	0,04	0,01	0,33	0,40	15,76	8,36	23,44	0,47	№ 295 М.П.Могильный 2005
		Я	150	1,32	3,04	7,15	61,35	0,03	0,01	0,25	0,30	11,82	6,27	17,58	0,35	
		С	70	10,73	9,67	10,88	173,83	0,05	0,07	2,59	0,35	13,10	12,25	49,00	0,96	
		Я	50	7,66	6,91	7,77	124,16	0,03	0,05	1,85	0,25	9,33	8,75	35,00	0,70	№ 522 А.Я.Перевалов 2012
		С	130	2,68	4,21	12,26	97,63	0,00	0,00	0,13	0,00	105,70	15,60	104,00	0,52	
		Я	110	2,27	3,56	10,37	82,61	0,00	0,00	0,11	0,00	89,50	13,20	88,00	0,44	
		С	180	0,50	0,00	24,66	100,66	0,00	0,00	0,10	0,00	15,30	29,70	81,90	2,52	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
		Я	150	0,42	0,00	20,50	83,88	0,00	0,00	0,08	0,00	12,75	24,75	68,25	2,10	
		С	40	3,04	0,32	19,68	94,00	0,07	0,03	0,64	0,00	9,20	13,20	34,80	0,80	
		Я	30	2,28	0,24	14,76	70,50	0,05	0,02	0,48	0,00	6,90	9,90	26,10	0,60	№ 123 А.Я.Перевалов 2012
		С	37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	
		Я	30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17	
Подливки	Чай с сахаром Итого: сад Итого: ясли Варушка с повидлом Чай с сахаром Итого: сад Итого: ясли Всего за день: сад Всего за день: ясли	С	657	21,19	18,70	89,54	613,17	2,10	0,14	4,05	0,75	173,01	96,50	351,60	6,71	№ 1058 А.И.Злобнова 2012
		Я	520	15,93	14,11	70,57	474,70	1,71	0,11	2,98	0,55	140,80	76,97	282,33	5,36	
		С	150	10,44	9,36	63,63	235,64	0,04	0,02	0,91	0,65	116,88	45,35	21,40	1,85	
		Я	130	9,05	8,11	55,15	381,00	0,04	0,02	0,91	0,56	101,30	39,30	21,40	1,60	№ 392 М.П.Могильный 2012
		С	200/11	0,07	0,02	11,10	330,00	0,00	0,00	0,02	0,03	11,10	1,40	2,78	0,31	
		Я	150/7	0,06	0,02	9,99	40,00	0,00	0,00	0,02	0,03	10,00	1,30	2,50	0,28	
		С	260	10,51	9,38	74,73	565,64	0,04	0,02	0,93	0,68	127,98	46,75	24,18	2,16	№ 392 М.П.Могильный 2012
		Я	210	9,11	8,13	65,14	421,00	0,04	0,02	0,93	0,59	111,30	40,60	23,90	1,88	
		С	1324	38,29	40,36	210,33	1500,11	2,22	0,37	6,03	2,90	460,77	168,93	510,28	9,75	
		Я	1080	31,48	32,18	174,25	1161,70	1,82	0,30	4,76	2,45	393,15	139,12	422,68	7,96	№ 392 М.П.Могильный 2012

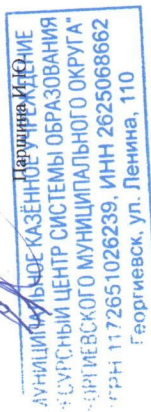
Присм пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергети ческая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
			Б	Ж	У		В1	В2	РР	С	Са	Mg	P	Fe		
9 день																
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	С 180	5,17	4,69	16,95	130,70	0,05	0,13	0,57	4,68	109,44	18,00	86,40	0,40	№ 120	М.П.Могильный 2005
	Бутерорд с маслом сладко- сливочным Крестьянским	С 20/7	4,31	3,91	14,13	108,90	0,05	0,11	0,48	3,90	91,20	15,00	72,00	0,33	№ 1	М.П.Могильный 2005
	Кофейный напиток с молоком ж 2,5% (1 вариант)	С 200	3,12	2,66	14,17	93,30	1,05	0,00	0,15	0,00	122,00	18,00	120,00	0,60	№ 395	М.П.Могильный 2012
	Итого: сад	С 407	9,95	12,45	40,99	315,80	1,13	0,15	1,06	4,68	237,72	42,68	226,04	1,42		
	Итого: ясли	С 350	9,25	10,08	34,19	260,80	1,01	0,12	0,87	3,90	205,65	35,85	194,55	1,18		
	Плоды свежие (яблоки) или	С 100/шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 338	М.П.Могильный 2005
2-завтрак:	Я 100/1шт.	С 100/шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 389	М.П.Могильный 2005
	сок фруктовый (яблочный)	С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 389	М.П.Могильный 2005
	Я 200/1шт.	С 200/шт.	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 70	М.П.Могильный 2005
	Овощи натуральные соленые (огурцы)	С 50	0,40	0,05	0,85	6,50	0,01	0,01	0,35	1,35	6,20	0,00	21,00	1,35	№ 70	М.П.Могильный 2005
	Я 30	С 30	0,24	0,03	0,50	3,90	0,01	0,01	0,21	0,81	3,72	0,00	12,60	0,81	№ 145	А.Я.Перевалов 2012
	Свекольник	С 200	1,74	3,53	9,67	92,62	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68	№ 234	М.П.Могильный 2005
Обед	Я 150	С 150	1,31	2,65	7,25	69,46	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96	0,61	№ 330	М.П.Могильный 2005
	Котлеты или биточки рыбные	С 70	8,87	2,85	6,22	86,33	0,08	0,06	0,33	0,09	28,00	25,36	149,64	1,25	№ 302	М.П.Могильный 2005
	Я 50	С 50	6,34	2,04	4,44	61,66	0,06	0,04	0,24	0,06	20,00	18,11	106,88	189,00	№ 383	М.П.Могильный 2012
	Соус сметанный ж. 15%	С 30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,02	1,23	1,00	1,12	17,03	10,00	20,00	0,26	№ 122	А.Я.Перевалов 2012
	Я 30	С 30	1,32	1,50	1,76	22,23	0,02	1,23	1,00	1,12	17,03	10,00	20,00	0,26	№ 123	А.Я.Перевалов 2012
	Каша рассыпчатая пшеничная	С 130	7,46	5,28	33,49	211,25	0,12	0,07	1,50	0,00	27,70	33,00	121,33	2,70	№ 210	М.П.Могильный 2005
	Я 110	С 110	6,31	4,47	28,34	178,75	0,10	0,06	1,26	0,00	23,40	27,90	102,66	2,35	№ 602, 603, 604	А.Я.Перевалов 2012
	Кисель из повидла, джема, варенья	С 180	0,08	0,00	20,03	80,46	0,00	0,00	0,02	0,06	9,45	1,21	5,00	0,26	№ 386	М.П.Могильный 2005
	Я 150	С 150	0,07	0,00	16,70	67,05	0,00	0,00	0,02	0,05	7,90	1,01	4,20	0,22	№ 122	А.Я.Перевалов 2012
	Хлеб пшеничный	С 25	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20	№ 123	А.Я.Перевалов 2012
	Я 20	С 20	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20		
	Хлеб ржаной	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44		
Полдник	Я 30	С 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
	Итого: сад	С 722	23,10	13,74	89,46	588,14	2,23	1,47	4,42	19,50	144,63	108,66	458,53	8,14		
	Итого: ясли	С 570	18,33	11,13	73,93	478,75	1,84	1,42	3,82	17,24	120,85	90,98	369,40	194,62		
	Омлет натуральный	С 80	7,52	13,46	1,51	157,00	0,05	0,31	0,15	0,21	100,54	16,90	138,60	2,55	№ 210	М.П.Могильный 2005
	Кондитерские изделия (пряники или печенье)	С 30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,03	0,02	0,31	0,00	8,70	6,18	18,21	0,63	№ 602, 603, 604	А.Я.Перевалов 2012
	Я 15	С 15	1,12	1,47	11,16	62,50	0,02	0,01	0,16	0,00	4,35	3,09	9,11	0,31	№ 386	М.П.Могильный 2005
	Кефир или ряженка ж. 2,5%	С 180	5,00	3,93	7,35	85,06	0,07	0,31	0,18	1,26	216,00	25,20	162,00	0,18	№ 122	А.Я.Перевалов 2012
	Я 150	С 150	4,20	3,28	6,13	70,89	0,06	0,26	0,15	1,05	180,00	21,00	135,00	0,15		
	Хлеб пшеничный	С 15	1,14	0,12	7,38	35,25	0,02	0,02	0,24	0,00	3,45	4,95	13,05	0,30		
	Я 10	С 10	0,76	0,08	4,92	23,50	0,02	0,01	0,16	0,00	2,30	3,30	8,70	0,20		
	Итого: сад	С 305	15,91	20,45	38,56	402,41	0,17	0,66	0,88	1,47	328,69	53,23	331,86	3,66		
	Итого: ясли	С 235	11,81	15,87	23,31	283,89	0,14	0,52	0,59	1,23	271,72	41,69	257,91	2,82		
	Всего за день: сад	С 1434	48,96	46,64	169,01	1306,35	3,54	2,27	6,36	25,65	711,04	204,57	1016,43	13,22		
	Всего за день: ясли	С 1155	39,39	37,08	131,43	1023,44	2,99	2,06	5,28	22,37	598,22	168,52	821,86	198,62		

Прим пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг				Минеральные вещества, мг				№ рецептуры	
			Б	Ж	У		B1	B2	PP	C	Ca	Mg	P	Fe		
10 день																
Завтрак	Каша жидкая молочная из манной крупы	С 180	2,88	4,58	19,32	129,60	0,05	0,03	0,99	0,82	113,80	10,80	45,00	0,40	№ 181 М.П.Могильный 2005	
	Бутерброд с повидлом (масло сливочное 72,5%)	Я 150	2,40	3,82	16,10	108,00	0,04	0,02	0,83	0,68	94,80	9,00	37,50	0,33	№ 2 М.П.Могильный 2005	
		С 20/15/5	1,58	2,51	17,54	99,27	0,03	0,02	0,32	0,07	6,93	7,20	18,71	0,56		
	Чай с молоком ж.2,5%	Я 15/10/5	1,13	1,79	12,53	70,91	0,02	0,01	0,23	0,05	4,95	5,14	13,36	0,40	№ 394 М.П.Могильный 2012	
	Итого: сад	С 200	2,97	2,60	15,92	98,80	0,04	0,16	0,12	1,33	126,50	15,40	92,78	0,41		
		Я 180	2,67	2,34	14,33	89,00	0,04	0,14	0,11	1,20	113,90	13,90	83,50	0,37		
	Итого: сад	С 415	7,43	9,69	52,78	327,67	0,12	0,21	1,43	2,22	247,23	33,40	156,49	1,37		
2-завтрак:	Итого: ясли	Я 355	6,20	7,95	42,96	267,91	0,10	0,17	1,17	1,93	213,65	28,04	134,36	1,10	№ 338 М.П.Могильный 2005	
	С 100/шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20			
	Плоды свежие (яблоки) или сок фруктовый (яблочный)	Я 100/шт.	0,40	0,40	9,80	44,00	0,03	0,02	0,30	10,00	16,00	9,00	11,00	2,20	№ 389 М.П.Могильный 2005	
	С 200	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00			
	Икра свекольная	Я 200/шт.	1,00	0,00	20,20	85,30	0,00	0,00	0,11	0,00	17,00	9,00	12,00	2,00	№ 75 М.П.Могильный 2005	
		С 50	0,60	2,35	3,85	39,00	0,01	0,01	0,35	5,00	11,50	7,00	21,00	0,30		
		Я 30	0,70	1,38	3,70	30,03	0,01	0,01	0,21	3,00	6,90	4,20	12,60	0,18	№ 57 Сборник Ставр.фирм.бюджет	
		С 200	1,45	3,93	10,20	85,00	0,05	0,05	0,80	16,88	40,00	18,40	74,40	0,68		
		Борщ Ставропольский	Я 150	1,09	2,95	7,65	61,50	0,05	0,05	0,72	15,20	36,00	16,56	66,96		0,61
	Памлушки с чесноком	С 20	1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16	№ 184 А.И.Злобнов 2005	
Я 20		1,20	0,80	8,40	43,10	0,03	0,01	0,32	0,04	4,36	1,80	16,26	0,16			
Сельдь с картофелем и маслом		С 200	15,81	19,68	11,59	286,80	0,12	0,30	12,04	12,03	50,66	0,00	0,00	1,44	№ 363 А.Я.Перевалов 2012	
Я 180		14,22	17,72	10,43	258,12	0,11	0,27	1,85	10,83	45,60	0,00	0,00	1,30			
Обед	Компот из свежих плодов (яблоки)	С 180	0,43	0,25	12,66	54,61	0,01	0,01	0,00	2,34	13,37	3,24	0,00	0,40	№ 521 М.П.Могильный 2012	
	Я 150	0,36	0,21	10,55	45,51	0,01	0,01	0,00	1,90	11,14	2,70	0,00	0,33			
	Хлеб пшеничный	С 15	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122 А.Я.Перевалов 2012	
		Я 10	1,14	0,12	7,38	35,25	2,91	0,06	0,39	0,00	20,93	26,09	87,69	2,16		
	Хлеб ржаной	С 37	2,47	0,45	12,52	65,25	1,94	0,04	0,26	0,00	13,95	17,39	58,46	1,44	№ 123 А.Я.Перевалов 2012	
		Я 30	1,98	0,36	10,02	52,20	1,60	0,03	0,21	0,00	10,50	14,10	47,40	1,17		
	Итого: сад	С 682	37,70	45,34	79,49	878,88	2,30	0,70	15,94	47,12	184,04	54,43	187,52	6,12	№ 137 М.П.Могильный 2012	
	Итого: ясли	Я 550	34,91	41,26	68,56	783,83	4,82	0,69	5,55	41,80	181,03	65,45	230,91	7,21		
	Рагу из овощей	С 130	1,97	9,19	12,08	139,20	0,06	0,06	0,39	6,84	31,82	6,93	22,50	0,73		
	Чай с лимоном	Я 110	1,67	7,78	10,22	117,80	0,05	0,05	0,33	5,78	26,92	5,86	19,10	0,62		
Полдник	Чай с лимоном	С 200/11/8	0,13	0,02	11,30	45,50	0,00	0,01	0,00	0,10	5,40	0,00	0,00	0,80	№ 393 М.П.Могильный 2012	
		Я 150/7/4	0,07	0,01	7,10	29,00	0,00	0,01	0,00	0,10	5,86	0,00	0,00	0,72		
	Хлеб пшеничный	С 15	1,52	0,16	9,84	47,00	0,03	0,01	0,32	0,00	4,60	6,60	17,40	0,40	№ 122 А.Я.Перевалов 2012	
		Я 10	1,14	0,12	7,38	35,25	0,14	0,13	1,07	10,41	62,73	20,30	59,85	2,90		
	Итого: сад	С 345	3,62	9,37	33,22	231,70	0,09	0,08	0,71	6,94	41,82	13,53	39,90	1,93	№ 57 Сборник Ставр.фирм.бюджет	
	Итого: ясли	Я 270	2,88	7,91	24,70	182,05	0,19	0,19	1,40	16,29	95,51	26,16	78,95	4,24		
	Всего за день: сад	С 1442	48,75	64,40	165,49	1438,25	2,51	0,99	18,08	56,28	473,09	101,36	383,91	9,42		
	Всего за день: ясли	Я 1175	43,99	57,12	136,22	1233,79	5,11	1,05	8,12	60,02	490,19	119,64	444,22	12,55		
		Итого за весь период:	С	427,99	450,18	1689,39	12795,16									
		Итого за весь период: ясли	Я	358,26	374,97	1379,45	10398,77									
Среднее значение за весь период		С	42,80	45,02	168,94	1279,52										
Я		35,83	37,50	137,95	1039,88											
	% выполнения от калорийности	С	104,39	100,04	86,64	94,78										
		Я	111,96	107,13	90,75	99,04										

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях Дели принт Москва 2012 г. М.П.Могильный
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания школьников Дели принт Москва 2005 г. М.П.Могильный

Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для ДОО и дет. оздоровительных учреждений Пермь 2012 г. А.Я.Перевалов
Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий. Москва "Лада" 2005 г. А.И.Здобнов
Сборник ставропольских фирменных блюд

Технолог МКУ "Ресурсный центр"



Натуральные нормы продуктов на осенне-зимний период для детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 9, 10,5 часовым пребыванием на 2024 год.

	1 день		2 день		3 день		4 день		5 день		6 день		7 день		8 день		9 день		10 день		ФАКТ		Итого		Норма среднеуточная		%	
	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли
хлеб пшеничный	35	20	60	45	60	45	91	63	51	33	35	20	60	45	71	53	73	54	60	45	596	423	60	42	60	45	99	94
хлеб ржаной	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	37	30	370	300	37	30	37	30	100	100
крупы, бобовые	27	23	42	35	15	12	87	77	13	11	30	26	31	25	28	23	62	52	28	23	363	307	36	31	32	23	113	133
макаронные изделия	38	32	10	6									46	39			14	12			108	89	11	9	9	6	120	148
картофель	56	42	64	48	92	69	82	64	136	114	170	152	61	46			34	26	192	160	887	721	89	72	105	90	84	80
овощи	153	144	139	103	129	110	147	120	125	86	144	107	83	54	174	146	100	67	156	132	1350	1069	135	107	165	135	82	79
фрукты свежие	141	134	100	100	41	34	100	100	100	100	100	100	41	34	100	100	100	100	141	134	964	936	96	94	75	71	129	132
фрукты сухие			23	18					23	18					23	18					69	54	7	5	8	7	86	77
кондитерские изделия							30	15									30	15			60	30	6	3	15	9	40	33
сахар	42	36	46	39	33	27	40	32	33	28	32	26	50	40	45	26	21	18	43	34	385	306	39	31	23	19	167	161
масло сливочное	17,25	13,75	7,5	6,25	10	9,5	13	10	19,2	16	19	16	13	11	21	18	19	14	6	5	144,95	119,5	14	12	16	14	91	85
масло растительное	8	7	4	3	10	9	15	12	12	9	7	6	7	5	6	5	4	3	24	21	97	80	10	8	8	7	121	114
яйно	40	40	9,8	8,2	4,99	4,3			7,8	7,8	40,4	40,3	5	4	7,8	6,6	60	45			175,79	156,2	18	16	30	30	59	52
молоко	185	157	205	180	351	278	212	185	322	251	165	140	438	358	140	120	213	182	140	120	2371	1971	237	197	337	292	70	68
творог			80	96									113	94							193	190	19	19	30	23	64	83
сметана			7,5	7,5			7,5	7,5	16	15			12	12			10	9,5	4	3	57	54,5	6	5	8	7	71	78
птица											73	73	45	32	49	35					193	179	19	18	18	15	107	119
говядина	81	81	45	38			45	32	39	28							46	33	74	67	171	151	17	15	41	38	42	40
рыба													15	10							204	160	20	16	28	24	73	67
сыр			15	10																	30	20	3	2	4,5	3	67	67
мука			17	14	25	25	2	2	56	55	18	14	8	7	48	44	3	3	19	19	196	183	20	18	22	19	89	96

Технолог МКУ "Ресурсный центр"

Паршина И.Ю.

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ
ГЕОРГИЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА"
ОГРН 1172651026239, ИНН 2625068662
г. Георгиевск, ул. Ленина, 110