

День: (день 1)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
32	Каша манная молочная жидкая	150	4,66	5,60	18,83	144,00	1,46
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
3	Бутерброд с маслом и сыром	40	4,26	6,72	12,36	127,00	0,07
	Итого	370	11,23	14,80	42,67	348,00	2,47
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
108	Салат "Степной"	40	0,70	4,08	4,08	56,67	3,94
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93
19	Жаркое по-домашнему	150	9,52	10,13	14,00	190,91	7,77
9	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	17,45	74,00	0,38
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	35	1,96	0,42	17,29	81,20	0,00
	Итого	525	15,06	18,23	65,39	489,86	17,02
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,39	4,80	6,00	88,50	1,05
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	55	1,65	2,15	38,50	158,27	0,00
	Итого	205	6,04	6,95	44,50	246,77	1,05
Ужин							
67	Суп с рыбными консервами	200	10,53	3,46	14,73	132,00	13,20
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
	Итого	500	12,53	4,06	42,15	258,20	23,20
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		45,16	44,20	209,87	1411,83	46,74
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		107,52	94,04	103,38	100,85	103,87

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 2)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,26	6,07	21,29	159,75	1,46
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
86	Бутерброд с джемом	35	1,95	0,20	19,18	85,00	0,02
	Итого	365	9,73	8,82	52,08	321,75	2,42
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	40	0,32	0,05	1,01	5,60	4,00
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85
146	Рулет из говядины	60	9,36	7,38	3,96	120,00	0,00
91	Картофельное пюре	100	2,03	3,49	12,04	94,67	7,00
129	Компот из ягод	150	0,11	0,08	10,22	42,78	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	16,18	15,07	52,86	426,12	19,10
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
36	Сушка на сметане	50	5,25	11,37	29,07	182,30	0,22
	Итого	230	10,47	17,13	36,27	288,50	1,48
Ужин							
1	Суп молочный с крупой	150	4,32	4,97	13,71	117,00	0,88
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
44	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	60,00	0,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
	Итого	490	11,42	10,17	41,43	303,20	10,88
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		48,10	51,35	197,80	1408,57	36,88
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		114,52	109,26	97,44	100,61	81,96

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 3)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
37	Омлет натуральный с маслом	150	11,69	13,18	3,95	179,00	0,92
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
3	Бутерброд с маслом и сыром	40	4,26	6,72	12,36	127,00	0,07
	Итого	370	18,26	22,38	27,79	383,00	1,93
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
82	Салат из моркови с чесноком	40	0,46	3,38	2,11	37,33	1,41
52	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	150	1,10	2,88	14,69	73,35	4,97
149	Биточки куриные	60	9,00	6,43	5,57	113,15	0,52
65,128	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая или горошница	80	2,40	3,42	11,68	140,26	0,00
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	50,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	520	15,32	16,71	65,73	506,89	9,90
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	4,80	3,70	20,98	156,30	0,26
	Итого	240	10,02	9,46	28,18	262,50	1,52
Ужин							
109	Картофель тушеный	100	1,76	4,03	11,57	94,67	6,32
40	Фрикадельки рыбные	130	19,11	2,73	9,88	140,40	0,39
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	8,10	33,00	1,60
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
	Итого	430	22,51	6,96	39,19	315,27	8,31
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		66,41	55,67	176,05	1536,66	24,66
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		158,12	118,45	86,72	109,76	54,80

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 4)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	8,85	10,68	38,96	284,26	1,70
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
148	Салат из зеленого горошка с соленым огурцом	40	0,88	3,39	1,98	42,67	3,23
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	3,09	4,22	11,35	104,70	3,18
127	Рис отварной	80	2,02	1,91	5,09	106,29	0,00
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	6,83	3,82	24,79	99,75	0,36
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	530	14,29	10,50	76,77	469,54	5,79
Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	60	3,96	4,35	21,19	150,00	3,49
	Итого	240	3,96	4,35	29,17	182,00	3,49
Ужин							
110	Каша кукурузная молочная жидкая	150	4,37	5,45	19,17	144,00	1,47
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
	Итого	440	6,75	6,29	55,73	316,60	16,47
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		37,80	36,14	206,03	1332,05	28,40
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		90,00	76,89	101,49	95,15	63,11

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 5)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	4,76	6,38	16,40	140,20	1,46
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	9,01	12,63	40,24	308,20	2,40
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
142	Салат картофельный с зеленым горошком	40	1,06	5,02	2,50	59,57	2,61
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	150	2,50	3,48	11,78	86,36	4,73
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
94	Капуста тушеная	100	1,90	5,06	5,53	80,00	15,73
126	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	16,40	79,17	58,34
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	16,65	21,13	62,10	517,88	82,11
Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
92	Гренка молочная	55	4,38	4,50	17,74	124,00	0,10
	Итого	235	4,38	4,50	25,72	156,00	0,10
Ужин							
22	Запеканка из творога с молоком сгущенным	190	25,47	35,71	36,87	589,00	0,52
76	Чай с молоком	180	2,80	3,20	12,68	90,00	1,30
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
	Итого	490	28,75	39,39	61,31	735,40	13,82
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		62,74	81,97	194,77	1797,13	99,38
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		149,38	174,40	95,95	128,37	220,84

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 6)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	150	4,32	4,97	13,71	117,00	0,88
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	8,78	11,29	37,68	285,00	1,82
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
70	Свекольник с мясом, со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
111	Бефстроганов	70	8,93	7,40	1,40	148,30	0,26
91	Картофельное пюре	100	2,03	3,49	12,04	94,67	7,00
9	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	17,45	74,00	0,38
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	16,64	17,16	62,01	528,05	17,46
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
123	Кекс "Столичный"	50	2,00	9,87	26,67	203,33	0,00
	Итого	200	6,35	14,67	32,67	291,83	1,05
Ужин							
80	Каша вязкая ячневая молочная	200	6,64	7,59	28,12	204,00	1,95
3	Бутерброд с маслом и сыром	40	4,26	6,72	12,36	127,00	0,07
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	8,10	33,00	1,60
	Итого	420	10,94	14,31	48,58	364,00	3,62
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		43,01	57,59	196,10	1537,88	26,95
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		102,40	122,53	96,60	109,85	59,89

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 7)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
14	Каша "Дружба"	150	4,66	5,78	20,78	150,75	1,45
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	8,91	12,03	44,62	318,75	2,39
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
82	Салат из моркови с чесноком	40	0,46	3,38	2,11	37,33	1,41
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	3,09	13,13	89,15	3,62
71	Голубцы ленивые	60	4,93	3,82	3,59	68,26	7,48
7	Соус красный основной	10	0,14	0,39	0,62	6,20	0,00
144	Картофель отварной	100	1,93	4,44	13,44	107,98	8,00
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	14,57	15,67	68,43	467,72	22,76
Полдник							
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	8,10	33,00	1,60
66	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени с рисом	60	7,97	5,37	20,09	169,00	8,34
	Итого	240	8,01	5,37	28,19	202,00	9,94
Ужин							
131	Суп картофельный с крупой с мясом птицы	150	4,61	2,74	11,91	87,00	4,61
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	50,00	3,00
	Итого	440	6,81	3,54	45,23	240,60	19,61
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		42,25	40,93	191,87	1308,72	55,65
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		100,60	87,09	94,52	93,48	123,67

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 8)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
50	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	5,60	19,56	144,00	1,46
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	8,62	11,92	43,53	312,00	2,40
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
12,79	Маринад овощной с томатом или салат из белокачанной капусты с морковью и кукурузой	40	0,62	4,02	4,13	57,78	1,79
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93
150	Оладьи из печени	60	2,76	7,31	3,96	127,20	4,94
109	Картофель тушеный	100	1,76	4,03	11,57	94,67	6,32
129	Компот из ягод	150	0,11	0,08	10,22	42,78	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	9,95	19,52	62,21	502,31	20,23
Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
36	Сушка на сметане	50	3,75	8,13	20,77	132,92	0,16
	Итого	230	3,75	8,13	28,75	164,92	0,16
Ужин							
27	Рагу из овощей	230	3,68	6,97	20,47	170,20	18,01
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
126	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	16,40	79,17	58,34
	Итого	400	5,79	7,38	46,51	296,57	76,35
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		32,06	51,27	186,40	1355,45	100,09
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		76,33	109,09	91,82	96,82	222,42

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 9)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
45	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,26	6,07	21,29	159,75	1,46
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
151	Гренка с сыром	40	6,38	6,50	24,65	183,00	0,08
	Итого	370	13,95	15,05	57,42	419,75	2,48
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
101, 24	Салат из свеклы с изюмом (или салат из свеклы с черносливом)	40	0,56	2,21	4,16	38,74	1,66
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной	150	2,50	3,48	11,78	86,36	4,73
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	6,83	3,82	24,79	99,75	0,36
91	Картофельное пюре	100	2,03	3,49	12,04	94,67	7,00
9	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	17,45	74,00	0,38
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	14,58	13,48	89,98	486,32	14,13
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	60	4,80	3,70	20,98	156,30	0,26
	Итого	210	9,15	8,50	26,98	244,80	1,31
Ужин							
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы	150	3,09	4,22	11,35	104,70	3,18
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	25	2,00	0,25	12,05	59,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
	Итого	475	5,57	4,95	43,14	252,10	15,18
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		43,55	42,14	232,68	1471,97	36,10
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		103,69	89,66	114,62	105,14	80,22

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 10)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
86	Бутерброд с джемом	35	1,95	0,20	19,18	85,00	0,02
	Итого	365	8,86	7,11	45,78	278,26	1,72
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	40	0,32	0,05	1,01	5,60	4,00
132	Суп из овощей с мясом	150	3,03	2,32	5,07	57,75	5,98
61	Плов с мясом	150	14,31	13,25	25,37	275,18	2,02
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	530	20,01	16,17	66,99	497,33	14,25
Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
55	Сырники из творога с джемом или повидлом	70	9,07	5,08	14,57	143,40	0,13
	Итого	250	9,07	5,08	22,55	175,40	0,13
Ужин							
70	Свекольник с мясом, со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
76	Чай с молоком	180	2,80	3,20	12,68	90,00	1,30
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
	Итого	470	7,42	7,78	42,35	280,68	19,28
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		49,31	40,46	183,07	1311,32	36,33
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		117,40	86,09	90,18	93,67	80,73

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 11)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
32	Каша манная молочная жидкая	150	4,66	5,60	18,83	144,00	1,46
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	8,91	11,85	42,67	312,00	2,40
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
88	Салат из белокочанной и морской капусты, или морской капусты	40	0,54	4,98	2,32	56,00	8,24
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
139	Макаронные изделия отварные	80	2,78	2,45	17,08	99,20	0,00
129	Компот из ягод	150	0,11	0,08	10,22	42,78	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	520	16,23	18,46	61,38	481,03	17,04
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,39	4,80	6,00	88,50	1,05
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)	55	1,65	2,15	38,50	158,27	0,00
	Итого	205	6,04	6,95	44,50	246,77	1,05
Ужин							
121	Тефтели рыбные	130	14,95	9,75	15,76	202,44	2,31
144	Картофель отварной	100	1,93	4,44	13,44	107,98	8,00
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	8,10	33,00	1,60
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
	Итого	430	18,52	14,39	46,94	390,62	11,91
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		50,00	51,81	210,65	1499,42	35,40
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		119,05	110,23	103,77	107,10	78,67

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 12)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
23	Каша вязкая ячневая молочная	150	4,98	5,69	21,09	153,00	1,46
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
3	Бутерброд с маслом и сыром	40	4,26	6,72	12,36	127,00	0,07
	Итого	370	11,76	14,96	45,06	357,00	2,47
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом	150	4,76	3,09	13,13	89,15	3,62
64	Тефтели из говядины с рисом	60	7,69	8,14	6,26	129,00	0,67
91	Картофельное пюре	100	2,03	3,49	12,04	94,67	7,00
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	50,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	17,32	17,21	66,20	486,82	18,13
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
78	Булочка домашняя	60	3,60	4,80	17,40	141,69	0,23
	Итого	210	7,95	9,60	23,40	230,19	1,28
Ужин							
67	Суп с рыбными консервами	200	10,53	3,46	14,73	132,00	13,20
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
	Итого	500	12,53	4,06	42,15	258,20	23,20
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		49,86	45,99	191,97	1401,21	48,08
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		118,71	97,85	94,57	100,09	106,84

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 13)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
14	Каша "Дружба"	150	4,66	5,78	20,78	150,75	1,45
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	8,91	12,03	44,62	318,75	2,39
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
147,81	Салат из свеклы с чесноком или салат из свежих помидоров с луком	40	0,56	3,04	3,04	43,33	3,01
52	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне	150	1,10	2,88	14,69	73,35	4,97
59	Рис отварной с овощами	80	2,06	3,74	13,60	113,06	3,18
135	Суфле из кур	42	7,78	7,42	16,80	164,80	1,32
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	502	13,85	17,63	83,67	553,34	14,73
Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	40	4,26	6,72	12,36	127,00	0,07
ГП	Конфета	30	1,20	7,89	17,76	147,30	0,00
	Итого	250	1,20	7,89	25,74	179,30	0,00
Ужин							
49	Пудинг творожный с молоком сгущенным	170	23,83	15,68	42,27	421,00	0,38
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
126	Напиток из шиповника	150	0,51	0,21	16,40	79,17	58,34
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
	Итого	460	26,42	16,57	80,07	603,77	70,72
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		54,33	58,44	239,50	1734,81	88,79
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		129,36	124,34	117,98	123,92	197,31

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 14)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
1	Суп молочный с крупой	150	4,32	4,97	13,71	117,00	0,88
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	8,78	11,29	37,68	285,00	1,82
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
153	Салат из свеклы с солеными огурцами	40	0,61	3,47	3,06	45,71	3,04
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	80	2,40	3,42	11,68	140,26	0,00
35	Гуляш	90	6,75	8,55	2,78	185,40	0,90
9	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	17,45	74,00	0,38
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	14,96	19,82	63,00	625,25	10,30
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	4,54	4,07	25,30	157,12	0,22
	Итого	240	9,76	9,83	32,50	263,32	1,48
Ужин							
109	Картофель тушеный	100	1,76	4,03	11,57	94,67	6,32
40	Фрикадельки рыбные	130	19,11	2,73	9,88	140,40	0,39
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
76	Чай с молоком	180	2,80	3,20	12,68	90,00	1,30
	Итого	430	25,27	10,16	43,77	372,27	8,01
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		59,07	51,26	192,11	1614,84	24,61
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		140,64	109,06	94,64	115,35	54,69

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 15)

Неделя: первая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	4,76	6,38	16,40	140,20	1,46
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	9,01	12,63	40,24	308,20	2,40
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
17	Салат картофельный с солеными огурцами	40	0,58	4,53	3,68	58,67	3,65
53	Суп "Харчо" с мясом птицы и со сметаной	150	2,48	3,50	11,78	87,38	4,73
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
94	Капуста тушеная	100	1,90	5,06	5,53	80,00	15,73
129	Компот из ягод	150	0,11	0,08	10,22	42,78	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	15,75	20,53	57,10	481,61	27,06
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	150	4,35	4,80	6,00	88,50	1,05
36	Сушка на сметане	50	3,75	8,13	20,77	132,92	0,16
	Итого	200	8,10	12,93	26,77	221,42	1,21
Ужин							
134	Солянка сборная мясная со сметаной	150	2,94	4,10	5,41	66,00	5,81
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
	Итого	470	5,02	4,78	34,79	201,60	17,81
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		38,18	51,03	174,06	1281,83	51,48
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		90,90	108,57	85,74	91,56	114,40

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 16)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
32	Каша манная молочная жидкая	150	4,66	5,60	18,83	144,00	1,46
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	9,12	11,92	42,80	312,00	2,40
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
83,154	Салат из моркови с зеленым горошком или салат из свежих помидоров и огурцов с луком	40	0,67	3,38	2,02	38,00	1,90
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,12	3,59	5,87	70,27	5,85
135	Макаронник с мясом	153	19,58	13,71	34,74	351,00	0,30
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	533	24,91	21,32	77,55	621,07	11,05
Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком	60	3,96	4,35	21,19	150,00	3,49
	Итого	240	3,96	4,35	29,17	182,00	3,49
Ужин							
27	Рагу из овощей	230	3,68	6,97	20,47	170,20	18,01
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
	Итого	400	5,39	7,24	45,89	283,40	20,26
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		47,33	49,15	200,81	1478,12	38,15
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		112,69	104,57	98,92	105,58	84,78

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 17)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
50	Каша рисовая молочная жидкая	150	4,16	5,60	19,56	144,00	1,46
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	8,41	11,85	43,40	312,00	2,40
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
12,79	Маринад овощной с томатом или салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой	40	0,62	4,02	4,13	57,78	1,79
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной	150	2,46	3,60	12,57	87,08	4,93
100	Птица отварная	60	7,54	5,87	18,86	145,71	5,23
91	Картофельное пюре	100	2,03	3,49	12,04	94,67	7,00
9	Компот из сухофруктов	150	0,42	0,00	17,45	74,00	0,38
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	15,31	17,46	84,81	552,04	19,33
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
78	Булочка домашняя	60	3,60	4,80	17,40	141,69	0,23
	Итого	240	8,82	10,56	24,60	247,89	1,49
Ужин							
74	Омлет с зеленым горошком	200	13,14	17,40	7,41	235,71	5,04
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	8,10	33,00	1,60
124	Яблоко, груша, банан или др.	100	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00
	Итого	500	15,18	18,00	34,95	362,91	16,64
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		48,02	58,03	202,92	1543,84	42,86
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		114,33	123,47	99,96	110,27	95,24

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 18)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром	150	7,88	8,83	35,88	259,00	0,19
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	12,34	15,15	59,85	427,00	1,13
2 завтрак							
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
	Итого	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
Обед							
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)	40	0,32	0,05	1,01	5,60	4,00
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной	150	2,54	3,90	8,27	87,08	5,98
35	Гуляш	90	6,75	8,55	2,78	185,40	0,90
65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая	80	2,40	3,42	11,68	140,26	0,00
129	Компот из ягод	150	0,11	0,08	10,22	42,78	2,25
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	14,36	16,48	53,72	553,92	13,13
Полдник							
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое	180	5,22	5,76	7,20	106,20	1,26
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста	60	4,54	4,07	25,30	157,12	0,22
	Итого	240	9,76	9,83	32,50	263,32	1,48
Ужин							
109	Картофель тушеный	100	1,76	4,03	11,57	94,67	6,32
121	Тефтели рыбные	130	14,95	9,75	15,76	202,44	2,31
ГП	Хлеб пшеничный или хлеб зерновой	20	1,60	0,20	9,64	47,20	0,00
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
	Итого	430	18,31	13,98	44,95	376,31	8,63
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		55,07	55,60	206,18	1689,55	27,37
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		131,12	118,30	101,57	120,68	60,82

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 19)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
39	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,39	4,36	14,99	116,26	0,76
15	Какао с молоком	180	2,31	2,48	11,48	77,00	0,94
86	Бутерброд с джемом	35	1,95	0,20	19,18	85,00	0,02
	Итого	365	8,65	7,04	45,65	278,26	1,72
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
153	Салат из свеклы с солеными огурцами	40	0,61	3,47	3,06	45,71	3,04
131	Суп картофельный с крупой с мясом птицы	150	4,61	2,74	11,91	87,00	4,61
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	70	6,83	3,82	24,79	99,75	0,36
144	Картофель отварной	100	1,93	4,44	13,44	107,98	8,00
ГП	Сок фруктовый (овощной)	150	0,30	0,16	15,16	69,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано-пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	550	16,52	15,11	88,12	502,24	19,01
Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
55	Сырники из творога с джемом или повидлом	70	9,07	5,08	14,57	143,40	0,13
	Итого	250	9,07	5,08	22,55	175,40	0,13
Ужин							
110	Каша кукурузная молочная жидкая	150	4,37	5,45	19,17	144,00	1,47
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
20	Кисель из ягод	150	0,11	0,07	15,78	66,00	2,25
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
	Итого	450	6,90	9,77	59,07	357,40	15,72
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		45,09	41,32	220,79	1392,95	37,53
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		107,36	87,91	108,76	99,50	83,40

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

День: (день 20)

Неделя: вторая

Возрастная категория: 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
			Б	Ж	У		
1	2	3	4	5	6	7	8
Завтрак							
23	Каша вязкая ячневая молочная	150	4,98	5,69	21,09	153,00	1,46
2	Кофейный напиток с молоком	180	2,52	2,55	11,61	77,00	0,94
16	Бутерброд с маслом	30	1,94	3,77	12,36	91,00	0,00
	Итого	360	9,44	12,01	45,06	321,00	2,40
2 завтрак							
21	Кисломолочный напиток	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
	Итого	135	3,95	4,32	5,40	79,65	0,95
Обед							
41	Икра кабачковая	40	0,48	1,89	3,09	31,20	3,84
117	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной	150	2,81	4,01	9,62	82,50	5,78
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	60	8,44	6,88	6,13	119,98	0,70
90	Рагу из овощей	100	1,60	3,03	8,90	74,00	7,83
54	Компот из свежих фруктов	150	0,12	0,12	11,92	50,00	3,00
ГП	Хлеб ржаной (ржано- пшеничный)	40	2,24	0,48	19,76	92,80	0,00
	Итого	540	15,69	16,41	59,42	450,48	21,15
Полдник							
13	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	7,98	32,00	0,00
3	Бутерброд с маслом и сыром	40	4,26	6,72	12,36	127,00	0,07
	Итого	220	4,26	6,72	20,34	159,00	0,07
Ужин							
22	Запеканка из творога с молоком сгущенным	190	25,47	35,71	36,87	589,00	0,52
31	Чай с лимоном	180	0,04	0,00	8,10	33,00	1,60
124	Яблоко, груша, банан или др.	120	0,48	0,48	11,76	56,40	12,00
	Итого	490	25,99	36,19	56,73	678,40	14,12
			Б	Ж	У	Эн/ц	С
	Итого за день		59,33	75,65	186,95	1688,53	38,69
	Суточная потребность		42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
	Процент удовлетворения суточной потребности		141,26	160,96	92,09	120,61	85,98

Примечание: ГП - готовый продукт.

¹ - расчет содержания пищевых веществ, калорийности и микронутриентов произведен с учетом отходов.

При поступлении на предприятие других видов фруктов-можно производить их замену.

Ежедневная нормы выдачи соли пищевой поваренной - 4 гр.

Средние показатели содержания пищевых веществ, энергетической ценности и микронутриентов рациона питания детей 1,5-3 лет					
	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С, мг
	Б	Ж	У		
Итого за 20 дней	976,67	1040,00	4000,58	29796,68	924,14
Итого за 1 дней	48,83	52,00	200,03	1489,83	46,21
Суточная потребность	42,00	47,00	203,00	1400,00	45,00
Процент удовлетворения суточной потребности	116,27	110,64	98,54	106,42	102,68
Процент отклонения от расчетных данных	16,27	10,64	-1,46	6,42	2,68