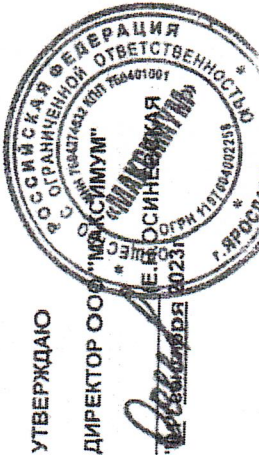


УТВЕРЖДАЮ

ДИРЕКТОР ООО "МАКСИМУМ"



СОГЛАСОВАНО

ДИРЕКТОР



**ПРИМЕРНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ, ПОСЕЩАЮЩИХ С 10 ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ ДОШКОЛЬНЫЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫЕ УЧРЕЖДЕНИЯ, В СООТВЕТСТВИИ С ФИЗИОЛОГИЧЕСКИМИ НОРМАМИ ПОТРЕБЛЕНИЯ ПРОДУКТОВ ПИТАНИЯ**

**Первый день первая неделя**

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						№ рецептур
		Белки, г		Жиры, г		Углевод, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг			
		Белки, г	Жиры, г																	Углевод, г	Ca, мг	
<b>Завтрак</b>																						
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,07	0,00	0,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	1	2017
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200г	5,9	5,8	31,6	202,1	0,52	0,06	0,12	0,03	0,05	112,69	96,51	17,00	0,38	187,20	9,00	0,00	0,01	0,00	0,00	31	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	45	1,3	1,4	9,2	55,0	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00	0,00	0,00	97	2010
Итого за прием пищи:	438	10,7	16,8	64,0	450,0	0,77	0,12	0,18	0,11	0,09	176,76	163,13	30,96	1,16	304,93	13,05	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
<b>II Завтрак</b>																						
СНЕЖОК	180	4,9	4,5	35,6	142,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2010
Итого за прием пищи:	180	4,9	4,5	35,6	142,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Обед</b>																						
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	4,7	4,6	11,6	107,0	0,65	0,03	0,16	0,00	0,00	20,85	41,79	10,09	0,65	83,00	1,84	0,01	0,00	0,00	0,00	111	2017
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ	200	10,0	19,2	17,5	285,0	37,40	0,20	0,12	0,10	0,10	101,05	123,64	41,81	2,65	553,67	9,64	0,00	0,05	0,00	0,00	139	2017
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	180	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,07	0,00	1,54	0,00	0,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	343	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,8	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	625	17,7	24,3	54,6	512,1	38,05	0,31	0,19	0,28	0,10	142,02	232,93	74,59	5,06	743,07	11,46	0,01	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
<b>Употребленный полдник</b>																						
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	130г	13,3	17,5	2,4	220,2	0,19	0,05	0,22	2,26	2,26	86,19	180,11	13,77	2,03	193,94	23,17	0,02	0,04	0,00	0,00	210	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	96	2010
ПЕЧЕНЬЕ ПШ	12	0,9	1,1	8,8	60,4	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	5,70	19,50	3,90	0,30	27,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	357	16,6	19,5	33,7	388,0	0,21	0,08	0,22	2,26	2,26	100,50	202,58	20,74	2,63	232,17	23,17	0,02	0,04	0,00	0,00	ГОСТ	
Всего за день:		49,9	65,1	187,9	1492,3	39,03	0,51	0,73	0,61	2,41	419,28	598,64	129,29	8,85	1280,17	47,70	0,03	0,03	0,00	0,00		



Второй день первая неделя

Принем пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества						№ рецептур	Сборник рецептур
	Масса порции	Белки, г		Жиры, г	Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мг	Se, мг	F, мг			
																			40		
<b>Завтрак</b>																					
ЯИЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,2	0,00	0,03	0,18	0,13	0,89	22,14	77,28	4,83	1,01	56,35	8,05	0,01	0,02	209	2017	
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/6	7,3	8,2	37,7	254,3	0,52	0,15	0,12	0,04	0,08	116,83	156,88	41,81	1,18	231,59	10,80	0,00	0,01	182	2017	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОША"	180	2,5	2,8	11,1	80,2	0,47	0,02	0,09	0,01	0,00	94,77	64,80	10,71	0,07	131,83	8,10	0,00	0,00	21	2018	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	35	2,6	1,0	18,0	91,7	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,65	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	460	17,5	16,6	67,1	489,4	0,99	0,24	0,40	0,18	0,97	240,39	321,81	61,90	2,61	451,97	26,95	0,01	0,03			
<b>II Завтрак</b>																					
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,6	3,9	20,3	131,6	0,66	0,03	0,13	0,02	0,00	133,36	96,96	14,52	0,10	185,66	11,34	0,00	0,00	115	2017	
Итого за прием пищи:	180	3,6	3,9	20,3	131,6	0,66	0,03	0,13	0,02	0,00	133,36	96,96	14,52	0,10	185,66	11,34	0,00	0,00			
<b>Обед</b>																					
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	200	3,5	6,9	6,4	102,2	8,02	0,09	0,05	0,16	0,00	33,37	51,20	17,93	0,80	269,68	3,81	0,00	0,02	88	2017	
ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	35/35	9,7	12,1	2,2	156,4	1,04	0,03	0,06	0,03	0,00	10,93	75,93	9,72	0,80	134,73	3,56	0,01	0,06	291	2017	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4,2	30,2	177,6	0,00	0,06	0,02	0,02	0,07	18,40	36,69	7,49	0,86	55,37	0,66	0,01	0,01	309	2017	
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,80	0,00	1,70	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	349	2017	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,8	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	625	20,9	23,7	64,3	566,3	9,06	0,26	0,17	0,21	0,07	83,56	231,32	57,99	4,32	566,34	8,05	0,02	0,09			
<b>Уплотненный полдник</b>																					
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,4	4,6	27,6	169,4	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,27	38,12	6,35	0,44	56,41	1,26	0,01	0,01	424	2017	
Итого за прием пищи:	230	4,5	4,6	34,7	198,2	0,02	0,05	0,03	0,01	0,07	18,89	41,09	9,42	0,74	67,04	1,26	0,01	0,01			
Всего за день:		46,5	48,8	186,4	1 375,5	10,73	0,58	0,73	0,42	1,11	476,19	691,18	143,83	7,77	1 271,01	47,80	0,04	0,13			



Третий день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Витамины							Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептов	
	Масса порции	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг			
		Белки, г	Жирь, г																	
<b>Завтрак</b>																				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	0,07	0,00	0,03	0,00	88,00	50,00	3,50	0,10	8,80	0,00	0,00	0,00	2	2017	
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ТЕРКУЛЕСОВАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	5,6	8,7	19,1	177,5	0,58	0,10	0,14	0,04	130,58	141,12	36,86	0,84	230,65	11,28	0,00	0,01	182	2017	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,00	0,04	0,01	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	435	11,0	12,9	46,8	347,5	0,67	0,14	0,18	0,07	234,80	220,09	48,43	1,64	286,88	11,28	0,00	0,01			
<b>II Завтрак</b>																				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	5,6	8,2	104,8	0,94	0,05	0,19	0,03	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	385	2017	
Итого за прием пищи:	180	5,1	5,6	8,2	104,8	0,94	0,05	0,19	0,03	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00			
<b>Обед</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ ЛУЩеным С МЯСОМ	200	6,6	7,1	14,6	148,9	3,65	0,19	0,06	0,15	33,34	81,91	28,82	1,72	414,19	4,45	0,00	0,03	102	2017	
РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	80	11,0	8,7	4,7	142,3	0,62	0,06	0,09	0,05	11,11	72,77	165,23	34,46	0,63	304,02	90,95	0,01	0,38	233	2017
РИС ОТВАРНОЙ	130	3,2	5,1	33,6	193,6	0,00	0,03	0,02	0,03	11,35	64,95	22,00	0,46	48,02	0,66	0,01	0,02	304	2017	
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ	20	0,2	0,0	0,5	2,8	2,00	0,01	0,01	0,00	4,60	8,40	2,80	0,20	28,20	0,60	0,00	0,00	2008	2010	
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	183	0,1	0,0	7,2	29,8	0,50	0,00	0,00	0,00	9,70	3,56	3,40	0,32	15,52	0,00	0,00	0,00	96	2010	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,8	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ		
Итого за прием пищи:	668	24,1	21,4	78,4	606,5	6,77	0,37	0,22	0,23	144,81	391,55	112,63	5,09	915,70	96,66	0,02	0,43			
<b>Уплотненный полдник</b>																				
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010	
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,2	4,4	29,5	173,9	0,00	0,05	0,03	0,01	9,70	35,22	6,06	0,42	53,86	1,17	0,01	0,01	415	2017	
Итого за прием пищи:	230	4,3	4,4	36,6	202,7	0,02	0,05	0,03	0,01	18,32	39,19	9,13	0,72	64,49	1,17	0,01	0,01			
Всего за день:		44,5	44,3	170,0	1 261,5	8,40	0,61	0,62	0,34	351,53	780,43	190,35	7,59	1 529,87	125,31	0,03	0,45			



Четвертый день первая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
<b>Завтрак</b>																				
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,2	0,00	0,03	0,18	0,13	0,89	22,14	77,28	4,83	1,01	56,35	8,05	0,01	0,02	209	2017
КАША МОЛОЧНАЯ ЯЧНЕВАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	5,5	8,2	22,3	185,8	0,66	0,07	0,15	0,04	0,08	153,53	154,57	24,26	0,52	226,26	11,34	0,01	0,02	36	2010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,5	2,8	11,8	83,3	0,47	0,02	0,09	0,01	0,00	94,79	64,80	10,71	0,07	131,85	8,10	0,00	0,00	379	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	104,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	465	16,1	16,8	55,0	437,1	1,13	0,16	0,43	0,18	0,97	278,06	322,65	45,00	2,00	451,26	27,49	0,02	0,04		
<b>II Завтрак</b>																				
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,3	1,4	9,2	55,0	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00	97	2010
Итого за прием пищи:	160	1,3	1,4	9,2	55,0	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00		
<b>Обед</b>																				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	2,5	2,2	15,0	90,4	7,51	0,09	0,07	0,16	0,00	21,24	54,65	22,80	1,14	528,03	5,01	0,00	0,03	18	2018
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	108/30	9,0	14,3	9,6	207,4	12,44	0,11	0,08	0,03	0,00	45,65	95,02	21,92	1,39	288,32	5,88	0,01	0,05	298	2012
ИКРА МОРЖОВНАЯ	60	0,8	4,1	5,0	61,4	1,76	0,03	0,03	0,91	0,00	25,25	29,77	18,02	0,56	130,46	2,81	0,00	0,03	4	2010
КОМПОТ ИЗ КОМПЛОТНОЙ СМЕСИ С/М	180	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,07	0,00	1,54	0,00	0,75	0,00	0,00	0,00	343	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,8	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	623	15,3	21,1	55,1	479,3	21,71	0,31	0,22	1,10	0,00	112,26	246,94	85,43	4,85	1 033,31	13,70	0,01	0,11		
<b>Уплотненный полдник</b>																				
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	6,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
ПЕЧЕНЬЕ 1ШТ	24	1,8	2,3	17,5	120,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
ЯБЛОКО 1ШТ	130	0,3	0,2	16,7	67,6	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	334	2,2	2,5	41,3	217,1	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	6,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Всего за день:		34,9	41,8	160,6	1 188,5	23,11	0,48	0,70	1,29	0,97	453,46	607,93	141,61	7,48	1 571,53	45,24	0,03	0,15		



Пятый день первая неделя

Примем пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витамины					Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур		
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг	
																				10
<b>Завтрак</b>																				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	3,0	0,0	36,4	0,07	0,00	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,10	8,90	0,00	0,00	0,00	2	2017
КАША МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА" СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	4,9	7,5	23,2	180,9	0,52	0,07	0,12	0,04	0,08	112,13	113,42	25,85	0,52	182,82	9,66	0,00	0,01	190	2008
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,3	1,4	9,2	55,0	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00	97	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	40	3,0	1,2	20,8	104,8	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	7,60	26,00	5,20	0,40	36,80	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	435	11,5	13,1	53,0	377,1	0,84	0,12	0,21	0,08	0,08	262,25	224,79	42,66	1,35	304,55	13,71	0,00	0,01		
<b>II Завтрак</b>																				
СНЕЖОК	180	4,9	4,5	35,6	142,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2010
Итого за прием пищи:	180	4,9	4,5	35,6	142,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Обед</b>																				
БОРЩ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	200	2,6	3,6	9,3	82,5	5,94	0,03	0,04	0,16	0,00	38,02	36,35	17,58	0,87	252,86	4,54	0,00	0,02	82	2017
ШНИЦЕЛЬ ПО-ДЕРЕВЕНСКИ	70	8,3	24,3	11,7	299,1	1,28	0,17	0,08	0,02	0,15	17,06	94,98	17,39	1,10	205,69	5,21	0,00	0,04	85	2017
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,2	5,9	10,7	105,9	13,31	0,05	0,05	0,48	0,00	46,87	49,00	23,95	1,13	318,97	4,55	0,00	0,02	143	2017
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,80	0,00	1,70	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	349	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,8	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	625	16,1	34,3	57,2	607,6	20,53	0,33	0,21	0,66	0,15	122,80	247,83	61,77	4,66	884,08	14,30	0,00	0,08		
<b>Уплотненный полдник</b>																				
ОЛАДЬИ ИЗ ТВОРОГА	130	18,4	13,0	29,8	312,5	0,32	0,07	0,22	0,06	0,23	148,22	194,78	22,55	0,73	179,70	5,32	0,03	0,03	239	2012
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,6	4,0	32,7	0,08	0,01	0,02	0,01	0,02	16,32	12,10	2,02	0,03	23,94	1,37	0,00	0,00	327	2017
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
Итого за прием пищи:	340	19,1	14,6	40,9	374,0	0,42	0,08	0,24	0,07	0,25	173,16	205,85	27,64	1,06	214,27	6,69	0,03	0,03		
Всего за день:		51,6	66,5	186,7	1 500,9	21,79	0,53	0,66	0,81	0,48	558,21	682,47	152,07	7,27	1 402,90	34,70	0,03	0,12		



Первый день вторая неделя

Принем пищи, наименование блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества							№ рецептур	
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг		F, мг
<b>Завтрак</b>																			
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,1	8,3	0,1	75,0	0,00	0,00	0,00	0,07	0,00	1,00	2,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/6	5,6	8,7	19,1	177,5	0,58	0,10	0,14	0,04	0,08	130,58	141,12	36,66	0,84	230,65	11,28	0,00	0,01	
КАКАО-НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ "ВИТОША"	180	2,5	2,8	11,1	80,2	0,47	0,02	0,09	0,01	0,00	94,77	64,80	10,71	0,07	131,83	8,10	0,00	0,00	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	45	3,4	1,3	23,1	117,9	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,55	29,25	5,85	0,45	41,40	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием пищи:	440	11,6	21,1	53,4	450,6	1,05	0,17	0,24	0,12	0,08	234,90	237,17	53,22	1,36	403,88	19,38	0,00	0,01	
<b>II Завтрак</b>																			
МОЛОКО КИЛГЯЧЕНОЕ	180	5,1	5,6	8,2	104,8	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	
Итого за прием пищи:	180	5,1	5,6	8,2	104,8	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	
<b>Обед</b>																			
СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ С КУРОЙ	200	4,7	4,6	11,6	107,0	0,65	0,03	0,03	0,16	0,00	20,85	41,79	10,09	0,65	83,00	1,84	0,01	0,03	
КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	8,1	17,5	13,7	244,7	0,32	0,18	0,06	0,00	0,00	14,88	92,67	17,91	1,33	173,51	2,99	0,00	0,03	
ОВОЩИ ПРИПУЩЕННЫЕ В МОЛОЧНОЙ СОУСЕ	150	2,3	6,6	8,2	102,4	9,18	0,05	0,05	0,61	0,03	55,38	22,14	0,84	182,15	4,18	0,00	0,02	23	
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	180	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,07	0,00	1,54	0,00	0,75	0,00	0,00	0,00	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,6	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	
Итого за прием пищи:	645	18,1	29,2	59,0	574,2	10,15	0,34	0,18	0,77	0,03	111,03	252,04	72,83	4,58	545,16	9,01	0,01	0,08	
<b>Уплотненный полдник</b>																			
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,4	4,6	27,6	169,4	0,00	0,05	0,03	0,01	0,07	10,27	38,12	6,35	0,44	56,41	1,26	0,01	0,01	
Итого за прием пищи:	230	4,5	4,6	34,7	198,2	0,02	0,05	0,03	0,01	0,07	18,89	41,09	9,42	0,74	67,04	1,26	0,01	0,01	
Всего за день:	39,3	60,5	155,3	1 327,8	12,16	0,61	0,64	0,93	0,18	548,42	659,90	155,63	6,82	1 276,88	45,85	0,02	0,10		



Второй день вторая неделя

Применение пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							№ рецептуры	Сборник рецептур	
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
<b>Завтрак</b>																				
СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10	2,3	2,9	0,0	35,3	0,03	0,00	0,02	0,00	0,00	74,80	40,00	2,80	0,08	8,80	0,00	0,00	0,00	2	2017
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	7,3	8,2	37,7	254,3	0,52	0,15	0,12	0,04	0,08	116,83	156,98	41,81	1,18	231,59	10,80	0,00	0,01	32	2010
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,3	1,4	9,2	35,0	0,25	0,01	0,05	0,01	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	75,93	4,05	0,00	0,00	97	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	35	2,6	1,0	18,0	91,7	0,00	0,04	0,01	0,00	0,00	6,65	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	430	13,5	13,5	64,9	436,3	0,80	0,20	0,20	0,07	0,08	252,80	255,10	57,27	1,94	348,92	14,85	0,00	0,01		
<b>II Завтрак</b>																				
СНЕЖОК	180	4,9	4,5	35,6	142,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2010
Итого за прием пищи:	180	4,9	4,5	35,6	142,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Обед</b>																				
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С МЯСОМ	200	3,5	6,9	6,4	102,2	8,02	0,09	0,05	0,16	0,00	33,37	51,20	17,93	0,80	269,68	3,81	0,00	0,02	88	2017
ГУЛЯШ ИЗ ПТИЦЫ	35/35	9,6	10,9	2,1	144,4	1,06	0,03	0,06	0,03	0,00	14,11	75,81	10,16	0,81	135,06	3,57	0,01	0,06	260	2017
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	4,7	4,2	30,2	177,6	0,00	0,06	0,02	0,02	0,07	18,40	36,69	7,49	0,66	55,37	0,66	0,01	0,01	309	2017
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ	20	0,2	0,0	0,8	4,8	5,03	0,01	0,01	0,03	0,00	2,81	5,23	4,02	0,20	58,29	0,40	0,00	0,00	71	2017
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,80	0,00	1,70	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	349	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,8	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	645	21,0	22,5	65,0	549,1	14,11	0,27	0,18	0,24	0,07	89,54	236,43	62,45	4,53	624,96	8,44	0,02	0,09		
<b>Уплотненный полдник</b>																				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	21,5	14,0	19,1	294,2	0,23	0,05	0,23	0,06	0,07	164,94	224,21	26,25	0,79	158,89	1,00	0,03	0,03	223	2017
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,6	4,0	32,7	0,08	0,01	0,02	0,01	0,02	16,32	12,10	2,02	0,03	23,94	1,37	0,00	0,00	327	2012
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
Итого за прием пищи:	330	22,2	15,6	30,2	355,7	0,33	0,06	0,25	0,07	0,09	189,88	239,28	31,34	1,12	193,46	2,37	0,03	0,03		
Всего за день:		61,6	56,1	195,7	1 483,3	15,24	0,53	0,63	0,38	0,24	532,22	730,81	151,08	7,59	1 167,34	25,66	0,05	0,13		



Третий день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества						№ рецептур			
	Масса порции			В1, мг	B2, мг	A, мг	D, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг				
	Белки, г	Жиры, г															Углеводы, г		
<b>Завтрак</b>																			
КАША МОЛОЧНАЯ КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	209,5	2,8	7,1	10,4	117,7	0,52	0,03	0,11	0,04	108,56	73,44	11,98	0,11	147,22	9,00	0,00	0,00	37	2010
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	2,5	2,8	11,8	83,3	0,47	0,02	0,09	0,01	94,79	64,80	10,71	0,07	131,85	8,10	0,00	0,00	379	2017
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	25	1,9	0,7	12,9	65,5	0,00	0,03	0,01	0,00	4,75	16,25	3,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>410</b>	<b>7,2</b>	<b>10,6</b>	<b>35,1</b>	<b>266,5</b>	<b>0,99</b>	<b>0,08</b>	<b>0,21</b>	<b>0,05</b>	<b>208,10</b>	<b>154,49</b>	<b>25,94</b>	<b>0,43</b>	<b>302,07</b>	<b>17,10</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>II Завтрак</b>																			
КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	180	3,6	3,9	20,3	131,6	0,66	0,03	0,13	0,02	133,36	96,96	14,52	0,10	185,66	11,34	0,00	0,00	115	2017
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>180</b>	<b>3,6</b>	<b>3,9</b>	<b>20,3</b>	<b>131,6</b>	<b>0,66</b>	<b>0,03</b>	<b>0,13</b>	<b>0,02</b>	<b>133,36</b>	<b>96,96</b>	<b>14,52</b>	<b>0,10</b>	<b>185,66</b>	<b>11,34</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед</b>																			
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	200	4,0	7,6	12,2	136,4	4,92	0,11	0,06	0,15	26,05	71,62	21,93	0,97	407,51	4,74	0,00	0,03	96	2017
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	6,7	14,9	19,7	240,7	9,72	0,21	0,11	0,36	28,75	114,68	36,74	1,73	765,98	8,81	0,00	0,06	259	2017
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННЫЙ	20	0,2	0,0	0,5	2,8	2,00	0,01	0,01	0,00	4,60	8,40	2,80	0,20	28,20	0,60	0,00	0,00	ГОСТ	
ЧАЙ С САХАРОМ, ЛИМОНОМ	183	0,1	0,0	7,2	29,8	0,50	0,00	0,00	0,00	9,70	3,56	3,40	0,32	15,52	0,00	0,00	0,00	96	2010
ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,0	0,4	11,9	59,4	0,00	0,05	0,02	0,00	8,70	45,00	14,10	1,17	70,50	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>633</b>	<b>13,0</b>	<b>22,9</b>	<b>51,5</b>	<b>469,1</b>	<b>17,14</b>	<b>0,38</b>	<b>0,20</b>	<b>0,51</b>	<b>77,80</b>	<b>243,26</b>	<b>78,97</b>	<b>4,39</b>	<b>1 287,71</b>	<b>14,15</b>	<b>0,00</b>	<b>0,09</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>																			
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	4,2	4,4	29,5	173,9	0,00	0,05	0,03	0,01	9,70	36,22	6,06	0,42	53,86	1,17	0,01	0,01	415	2017
<b>Итого за прием пищи:</b>	<b>230</b>	<b>4,3</b>	<b>4,4</b>	<b>36,6</b>	<b>202,7</b>	<b>0,02</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>	<b>0,01</b>	<b>18,32</b>	<b>39,19</b>	<b>9,13</b>	<b>0,72</b>	<b>64,49</b>	<b>1,17</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>		
<b>Всего за день:</b>		<b>28,1</b>	<b>41,8</b>	<b>143,5</b>	<b>1 069,9</b>	<b>18,81</b>	<b>0,54</b>	<b>0,57</b>	<b>0,59</b>	<b>437,58</b>	<b>533,90</b>	<b>128,56</b>	<b>5,64</b>	<b>1 839,93</b>	<b>43,76</b>	<b>0,01</b>	<b>0,10</b>		



Четвертый день вторая неделя

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал	Витамины							Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептов
		Белки, г	Жиры, г		Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг		
<b>Завтрак</b>																				
ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,2	0,00	0,03	0,18	0,13	0,69	22,14	77,28	4,83	1,01	56,35	8,05	0,01	0,02	209	2017
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200/5	5,8	7,5	42,0	259,8	0,52	0,05	0,12	0,04	0,08	111,08	132,84	31,64	0,51	191,17	9,62	0,01	0,02	189	2008
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	45	3,4	1,3	23,1	117,9	0,00	0,05	0,01	0,00	0,00	8,55	29,25	5,85	0,45	41,40	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	470	14,4	13,4	72,5	469,7	0,54	0,13	0,31	0,17	0,97	150,39	242,34	45,39	2,27	299,55	17,57	0,02	0,04		
<b>II Завтрак</b>																				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	5,6	8,2	104,8	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00	385	2017
Итого за прием пищи:	180	5,1	5,6	8,2	104,8	0,94	0,05	0,19	0,03	0,00	183,60	129,60	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,00		
<b>Обед</b>																				
БОРЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ С МЯСОМ	200	2,6	3,6	9,3	82,5	5,94	0,03	0,04	0,16	0,00	38,02	36,35	17,59	0,87	252,86	4,54	0,00	0,02	82	2017
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	70	10,3	8,2	10,5	157,2	0,46	0,07	0,06	0,01	0,00	32,89	153,57	36,55	1,12	280,15	82,82	0,01	0,35	234	2017
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,8	18,5	128,5	9,00	0,11	0,09	0,03	0,07	34,68	73,68	25,46	1,06	660,91	7,32	0,00	0,03	312	2017
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	30	0,4	1,5	2,9	26,6	1,28	0,01	0,01	0,00	0,00	9,51	11,90	5,51	0,35	81,78	1,78	0,00	0,01	5	2010
КОМПОТ ИЗ КОМПОТНОЙ СМЕСИ С/М	180	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,07	0,00	1,54	0,00	0,75	0,00	0,00	343	2017	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,8	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	655	19,0	18,6	66,7	514,9	16,68	0,30	0,24	0,20	0,07	135,22	343,00	107,79	5,16	1 382,20	96,46	0,01	0,41		
<b>Уплотненный полдник</b>																				
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
ПЕЧЕНЬЕ 2ШТ	24	1,8	2,3	17,6	120,7	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	204	1,9	2,3	24,7	149,5	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00		
Всего за день:		40,4	39,9	172,1	1 238,9	18,18	0,48	0,74	0,40	1,04	477,83	717,91	176,41	7,87	1 955,18	130,33	0,03	0,45		



Пятый день вторая неделя

Приним пищи, наименование блюда	Пищевые вещества		Энергетическая ценность, ккал		Витамины					Минеральные вещества							№ рецептур	Сборник рецептур	
	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг			F, мг
<b>Завтрак</b>																			
СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,3	2,9	0,0	35,3	0,03	0,00	0,02	0,00	74,80	40,00	2,80	0,06	8,80	0,00	0,00	0,00	2	2017
КАША МОЛОЧНАЯ МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	200/5	5,9	7,4	31,6	216,6	0,52	0,06	0,12	0,04	112,89	96,81	17,00	0,38	187,50	9,00	0,00	0,01	31	2010
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,3	1,4	9,2	35,0	0,25	0,01	0,05	0,00	54,52	35,37	8,11	0,33	76,33	4,05	0,00	0,00	97	2010
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ ИОДИРОВАННЫЙ	35	2,6	1,0	18,0	91,7	0,00	0,04	0,01	0,00	6,85	22,75	4,55	0,35	32,20	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	430	12,1	12,7	58,8	398,6	0,80	0,11	0,20	0,07	248,86	194,93	32,46	1,14	304,83	13,05	0,00	0,01		
<b>II Завтрак</b>																			
СНЕЖОК	180	4,9	4,5	35,6	142,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	103	2010
Итого за прием пищи:	180	4,9	4,5	35,6	142,2	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Обед</b>																			
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	2,5	2,2	15,0	90,4	7,51	0,09	0,07	0,16	21,24	54,65	22,80	1,14	528,03	5,01	0,00	0,03	18	2018
КОТЛЕТА МОСКОВСКАЯ	70	10,0	14,0	8,7	200,9	0,65	0,07	0,06	0,02	14,84	89,92	13,55	1,11	143,59	3,34	0,01	0,05	270	2017
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,2	5,9	10,7	105,9	13,31	0,05	0,05	0,48	46,87	49,00	23,95	1,13	318,97	4,55	0,00	0,02	143	2017
НАПИТОК ИЗ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	7,7	31,0	0,00	0,00	0,00	0,00	7,80	0,00	1,70	0,00	0,81	0,00	0,00	0,00	349	2017
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	3,0	0,5	17,8	89,1	0,00	0,08	0,04	0,00	13,05	67,50	21,15	1,76	105,75	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	625	17,7	22,6	59,9	517,3	21,47	0,29	0,22	0,66	103,90	261,07	83,15	5,14	1 097,15	12,90	0,01	0,10		
<b>Уплотненный полдник</b>																			
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,1	0,0	7,1	28,8	0,02	0,00	0,00	0,00	8,62	2,97	3,07	0,30	10,63	0,00	0,00	0,00	96	2010
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	4,4	4,6	27,6	169,4	0,00	0,05	0,03	0,01	10,27	38,12	6,35	0,44	56,41	1,26	0,01	0,01	424	2017
ЯБЛОКО 1ШТ	130	0,3	0,2	16,7	67,8	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	ГОСТ	
Итого за прием пищи:	360	4,8	4,8	51,4	265,9	0,02	0,05	0,03	0,01	18,89	41,09	9,42	0,74	67,04	1,26	0,01	0,01		
Всего за день:		39,5	44,6	205,7	1 323,9	22,29	0,45	0,45	0,74	371,55	497,09	125,03	7,02	1 469,02	27,21	0,02	0,12		



**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Мg, мг	Fe, мг	К, мг	Na, мг	I, мкг	Se, мг
Итого за весь период	436,3	509,4	1 763,9	13 262,5	189,74	5,32	6,47	6,51	7,08	4 856,27	6 500,26	1 480,84	73,90	14 765,83	573,36	0,29	1,88
Среднее значение за период	43,6	50,9	176,4	1 326,3	18,97	0,53	0,65	0,65	0,71	485,63	650,03	149,08	7,39	1 476,58	57,34	0,03	0,19
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	13,2	34,6	52,2														

**СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)**

Возраст детей	Завтрак	II завтрак	Обед	Уплотненный полдник
Сад 10 часов	441	180	636	285

11

**Нормативная документация:**

- СанПин 2.3./2.4.3590-20
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2017г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах "Хлебпродинформ" 2008г. Под редакцией Т.В.Лапиной
- Меню разработано с применением программного обеспечения ООО "Вижен-Софт" : Питание в детском саду 2023г.версия 1.2.88 г. Санкт- Петербург
- Сборник рецептов на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях "Дели плюс" 2011г. Москва по редакцией М.П.Могильного и В.А.Тутельяна.
- Питание детей в дошкольных организациях Ярославской области / Методические рекомендации/ 2010г. Ярославль Ялонузаял И.В., Шерстюк Н.В.
- Питание детей в дошкольных организациях Ярославской области / Методические рекомендации/ 2017г. Ярославль Ялонузаял И.В., Шерстюк Н.В.
- Приказ № 315 от 26.12.86 Министерства торговли СССР.
- МР 2.4.0179-20 "Методические рекомендации по организации питания обучающихся образовательных учреждений".

Директор ООО "Максимум"



Е.Н.Осиневская