

Расчет продуктов питания (в г граммах) на одну порцию, на одного ребенка, НЕТТО СЫРЬЯ

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

		День 1																											
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перерасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
		Завтрак																											
32	Каша манная молочная жидкая					15								4	2			113											
13	Чай с сахаром													6													0,35		
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										10				
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	10	7	0	0	113	0	0	0	0	0	0	10	0,35	0	0	0
		2 завтрак																											
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Обед																											
12,79	Маринад овощной с томатом или салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой								40,3					1,3	4														
25	Рассолник ленинградский, с мясом и со сметаной					3		45	21,2						2						10			7					
19	Жаркое по-домашнему							89	34,4						4						47								
9	Компот из сухофруктов											21		6															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	0	40	0	0	3	0	134	95,9	0	0	21	0	7,3	6	4	0	0	0	0	57	0	0	7	0	0	0	0	0
		Полдник																											
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												55																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Ужин																											
67	Суп с рыбными консервами					4		54	14							2,5													
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
76	Чай с молоком													6				120									0,35		
124	Яблоко, груша, банан или др.																												
	Итого	20	0	0	0	4	0	54	14	0	75	0	0	6	0	2,5	0	120	0	0	0	0	29	0	0	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	50	40	0	0	22	0	188	109,9	120	75	21	55	23,3	13	6,5	0	413	0	0	57	0	29	7	10	0,7	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 2

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
Завтрак																														
50	Каша рисовая молочная жидкая					15								4	2			113												
2	Кофейный напиток с молоком													6				144									2,5			
86	Бутерброд с джемом	30									10																			
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	10	0	0	10	2	0	0	257	0	0	0	0	0	0	0	0	2,5	0	0	
2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																														
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)								30																					
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной							12	56,2					1,5	2						10		7							
146	Рулет из говядины	8													3		7				45									
91	Картофельное пюре							102							4			19												
20	Кисель из ягод				7						15			5																
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	8	40	0	7	0	0	114	86,2	0	15	0	0	6,5	9	0	7	19	0	0	55	0	0	7	0	0	0	0	0	
Полдник																														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180												
36	Сушка домашняя			45										5	0,8	8	30													
	Итого	0	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0,8	8	210	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Ужин																														
156	Капуста тушеная с мясом			3					249							5					81									
13	Чай с сахаром												6													0,35				
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																			
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
	Итого	20	0	3	0	0	0	249	0	75	0	0	6	0	5	0	0	0	0	0	81	0	0	0	0	0,35	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																													
	Итого за день	58	40	48	7	15	0	114	335,2	120	100	0	0	22,5	16	5,8	15	486	0	0	136	0	0	7	0	0,35	2,5	0	0	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 3

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перерасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
37	Омлет натуральный с маслом														5		120	70											
15	Какао с молоком													6				144										3,4	
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										10				
	Итого	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	6	10	0	120	214	0	0	0	0	0	0	10	0	0	3,4	0
2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
148	Салат из зеленого горошка с соленым огурцом								38							3													
52	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне					6	47	17,5							2														
100	Птица отварная							3,6													148								
140	Соус сметанный натуральный			0,8											0,8									15					
65	рассыпчатая					51									3														
54	Компот из свежих плодов										30			6															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	0	40	0,8	0	51	6	47	59,1	0	30	0	0	6	5,8	3	0	0	0	0	0	148	0	15	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			32,4										3,4	1,7	0,1	5,1	12	22										1
	Итого	0	0	32,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,4	1,7	0,8	5,1	192	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Ужин																													
109	Картофель тушеный						89	33								3													
33	Сельдь с маслом растительным															5							67						
31	Чай с лимоном										4		6													0,35			
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
	Итого	20	0	0	0	0	89	33	0	79	0	0	6	0	8	0	0	0	0	0	0	0	67	0	0	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	50	40	33,2	0	51	6	136	92,1	120	109	0	0	21,4	17,5	11,8	125,1	406	22	0	0	148	67	15	10	0,35	0	3,4	1

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 4

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овоши, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
39	Суп молочный с макаронными изделиями					12								1,6	0,8			115											
13	Чай с сахаром													6												0,35			
155	Яйцо вареное																40												
16	Бутерброд с маслом	30													5														
	Итого	30	0	0	0	0	12	0	0	0	0	0	0	7,6	5,8	0	40	115	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0
2 завтрак																													
21	Кисломолочный напиток							0	0	0				0	0	0		180											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
108	Салат "Степной"							16,5	22,1							3													
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы			6				26	11						2		1,5	9				19							
59	Рис отварной с овощами					33			31						2														
58	Рыба, тушеная в томате с овощами								19,2							3								92					
ГП	Сок фруктовый (овощной)									150																			
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	0	40	6	0	33	0	42,5	83,3	150	0	0	0	0	4	6	1,5	9	0	0	0	19	92	0	0	0	0	0	0
Полдник																													
2	Кофейный напиток с молоком													6				144									2,5		
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком			28,8										1,7	3,6	0,8	4,8	7											1
	Итого	0	0	28,8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	7,7	3,6	0,8	4,8	151	0	0	0	0	0	0	0	0	2,5	0	1
Ужин																													
64	Тефтели из говядины с рисом			4		5			16							3,7	2,4												
145	Морковь припущенная								213						6														
31	Чай с лимоном										4			6												0,35			
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
	Итого	20	0	4	0	5	0	0	229	0	79	0	0	6	6	3,7	2,4	0	0	0	38	0	0	0	0	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	50	40	38,8	0	38	12	42,5	312,3	150	79	0	0	21,3	19,4	10,5	48,7	455	0	0	38	19	92	0	0	0,7	2,5	0	1

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 5

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28		
Завтрак																															
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая					15								4	2			105													
31	Чай с лимоном										4			6												0,35					
16	Бутерброд с маслом	30													5																
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	4	0	0	10	7	0	0	105	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0	0	
2 завтрак																															
21	Кисломолочный напиток																	180													
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																															
142	Салат картофельный с зеленым горошком							24,7	8							4	4														
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной					4		45	18						2						10			7							
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	12							5							4	4	12			41										
94	Капуста тушеная			1,4					147,4							3															
54	Компот из свежих плодов										30			6																	
ГП	Хлеб ржаной		40																												
	Итого	12	40	1,4	0	4	0	69,7	178,4	0	30	0	0	6	2	11	8	12	0	0	51	0	0	7	0	0	0	0	0	0	
Полдник																															
126	Напиток из шиповника											15		6																	
92	Гренка молочная	35													4		13	8													
	Итого	35	0	0	0	0	0	0	0	0	0	15	0	6	4	0	13	8	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																															
22	Запеканка из творога с молоком сгущенным	6		13										11	6		5	50	159					6							
76	Чай с молоком													6				120								0,35					
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																				
ГП	Хлеб пшеничный	20																													
	Итого	26	0	13	0	0	0	0	0	0	75	0	0	17	6	0	5	170	159	0	0	0	0	6	0	0,35	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																														
	Итого за день	103	40	14,4	0	19	0	69,7	178,4	0	109	15	0	39	19	11	26	475	159	0	51	0	0	13	0	0,7	0	0	0	0	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 6

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перерасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
85	Макаронные изделия, запеченные с сыром					48									6										10				
13	Чай с сахаром													6													0,35		
16	Бутерброд с маслом	30												5															
	Итого	30	0	0	0	0	48	0	0	0	0	0	6	11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0,35	0	0	0
2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
154	Салат из морской капусты с яйцом								28						3	10													
130	Суп картофельный с мясными фрикадельками					52	9							1,5		1,5					24								
111	Бефстроганов			1			12							1							75			7					
91	Картофельное пюре						102							4		19													
9	Компот из сухофруктов										21		6																
ГП	Хлеб ржаной	40																											
	Итого	0	40	1	0	0	0	154	49	0	0	21	0	6	6,5	3	11,5	19	0	0	99	0	0	7	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
123	Кекс "Столичный"			14							10		12	11	0,7	3													
	Итого	0	0	14	0	0	0	0	0	0	10	0	12	11	0,7	3	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
146	Рулет из говядины	8													3		7				45								
104	Свекла тушеная в сметанном соусе			3				212						3	2								11						
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
2	Кофейный напиток с молоком												6					144									2,5		
	Итого	28	0	3	0	0	0	212	0	0	75	0	6	6	2	7	144	0	0	45	0	0	11	0	0	2,5	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	58	40	18	0	0	48	154	261	120	75	31	0	30	34,5	5,7	21,5	343	0	0	144	0	0	18	10	0,35	2,5	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 7

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
1	Суп молочный с крупой					9								1,5	0,8			135											
155	Яйцо вареное																40												
15	Какао с молоком													6				144										3,4	
16	Бутерброд с маслом	30													5														
	Итого	30	0	0	0	9	0	0	0	0	0	0	0	7,5	5,8	0	40	279	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,4	0
2 завтрак																													
21	Кисломолочный напиток							0	0	0								180											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
82	Салат из моркови с чесноком								37,4							3													
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					12		30	17,2						2						10								
71	Голубцы ленивые					4			40							3,3					24								
140	Соус сметанный натуральный			0,8											0,8									15					
144	Картофель отварной							119							6														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									150																			
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	0	40	0,8	0	16	0	149	94,6	150	0	0	0	0	8,8	6,3	0	0	0	0	34	0	0	15	0	0	0	0	0
Подник																													
31	Чай с лимоном										4			6													0,35		
66	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем из печени с рисом			28,8		3			1,7					1,7	5,3	0,8	4,8	7			30								1
	Итого	0	0	28,8	0	3	0	0	1,7	0	4	0	0	7,7	5,3	0,8	4,8	7	0	0	30	0	0	0	0	0,35	0	0	1
Ужин																													
59	Рис отварной с овощами					33			31						2														
58	Рыба, тушеная в томате с овощами								19,2							3							92						
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
76	Чай с молоком												6					120								0,35			
	Итого	20	0	0	0	33	0	0	50,2	0	75	0	0	6	2	3	0	120	0	0	0	0	92	0	0	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	50	40	29,6	0	61	0	149	146,5	150	79	0	0	21,2	21,9	10,1	44,8	586	0	0	64	0	92	15	0	0,7	0	3,4	1

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 8

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овоши, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перерасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
74	Омлет с зеленым горошком								40						6		80	80											
31	Чай с лимоном										4			6												0,35			
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										10				
	Итого	30	0	0	0	0	0	40	0	4	0	0	6	11	0	80	80	0	0	0	0	0	0	0	10	0,35	0	0	0
2 завтрак																													
124	Яблоко, груша, банан или др.										100																		
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
11	Овоши натуральные соленые (или свежие)								30																				
70	Свекольник с мясом, со сметаной						26	55						0,8	2						10			7					
150	Печень, тушенная в соусе			2,8											3,8					43				15					
91	Картофельное пюре						102								4			19											
20	Кисель из ягод				7						15			5															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	0	40	2,8	7	0	0	128	85	0	15	0	0	5,8	9,8	0	0	19	0	43	10	0	0	22	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
36	Сушка домашняя			45											5	0,8	8	30											
	Итого	0	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0,8	8	210	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
156	Капуста тушенная с мясом			3				249							5						81								
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
126	Напиток из шиповника										15			6															
	Итого	20	0	3	0	0	0	249	0	0	15	0	6	0	5	0	0	0	0	0	81	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	50	40	50,8	7	0	0	128	374	0	119	15	0	17,8	25,8	5,8	88	309	0	43	91	0	0	22	10	0,35	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 9

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты (плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
45	Каша пшеничная молочная жидкая					19								4	2			113											
76	Чай с молоком													6				120								0,35			
151	Гренка с сыром	59												4											11				
	Итого	59	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	10	6	0	0	233	0	0	0	0	0	0	11	0,35	0	0	0
2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
101, 24	Салат из свеклы с изюмом (или салат из свеклы с черносливом)								33,7			6				3													
46	Суп "Харчо" с мясом и со сметаной					4	45	18							2						10			7					
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	15						5								4	7	8					40						
109	Картофель тушеный						89	33								3													
54	Компот из свежих плодов										30			6															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	15	40	0	0	4	0	134	89,7	0	30	6	0	6	2	10	7	8	0	0	10	0	40	7	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			32,4										3,4	1,7	0,1	5,1	12	22									1	
	Итого	0	0	32,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,4	1,7	0,1	5,1	192	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1
Ужин																													
57	Суп картофельный с клецками, с мясом птицы			6			26	11							2		1,5	9				19							
9	Компот из сухофруктов										21			6															
ГП	Хлеб пшеничный	25																											
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
	Итого	25	0	6	0	0	0	26	11	0	75	21	0	6	2	0	1,5	9	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	99	40	38,4	0	23	0	160	100,7	120	105	27	0	25,4	11,7	10,1	13,6	442	22	0	10	19	40	7	11	0,35	0	0	1

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

		День 10																												
№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перерасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
		Завтрак																												
39	Суп молочный с макаронными изделиями						12							1,6	0,8			115												
2	Кофейный напиток с молоком													6				144										2,5		
86	Бутерброд с джемом	30									10																			
	Итого	30	0	0	0	0	12	0	0	0	10	0	0	7,6	0,8	0	0	259	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2,5	0	0
		2 завтрак																												
21	Кисломолочный напиток																	180												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Обед																												
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)								30																					
132	Суп из овощей с мясом							29	34,2						2						10									
61	Плов с мясом					36			28							4					65									
20	Кисель из ягод				7						15			5																
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	0	40	0	7	36	0	29	92,2	0	15	0	0	5	2	4	0	0	0	0	75	0	0	0	0	0	0	0	0	0
		Полдник																												
31	Чай с лимоном										4			6																
55	Сырники из творога с джемом или повидлом			8							10			6	2		2		53									0,35		
	Итого	0	0	8	0	0	0	0	0	0	14	0	0	12	2	0	2	0	53	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0
		Ужин																												
131	Суп картофельный с крупой с мясом птицы					3		44	15						2							19								
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
13	Чай с сахаром												6														0,35			
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																			
	Итого	20	0	0	0	3	0	44	15	0	75	0	0	6	2	0	0	0	0	0	0	19	0	0	0	0,35	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																													
	Итого за день	50	40	8	7	39	12	73	107,2	0	114	0	0	30,6	6,8	4	2	439	53	0	75	19	0	0	0	0,7	2,5	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 11

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овоши, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
138	Каша гречневая рассыпчатая					69									4														
13	Чай с сахаром													6												0,35			
16	Бутерброд с маслом	30												5															
	Итого	30	0	0	0	69	0	0	0	0	0	0	0	6	9	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0
2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
88	Салат из белокочанной и морской капусты, или морской капусты								37							3													
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной						12	56,2						1,5	2						10		7						
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	12						5								4	4	12			41								
139	Макаронные изделия отварные					37									3														
129	Компот из ягод										16			6															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	12	40	0	0	0	37	12	98,2	0	16	0	0	7,5	5	7	4	12	0	0	51	0	0	7	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												55																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
33	Сельдь с маслом растительным															5													
91	Картофельное пюре						102								4			19					67						
76	Чай с молоком													6				120									0,35		
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
	Итого	20	0	0	0	0	102	0	0	0	75	0	0	6	4	5	0	139	0	0	0	0	67	0	0	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	62	40	0	0	69	37	114	98,2	120	91	0	55	19,5	18	12	4	331	0	0	51	0	67	7	0	0,7	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 12

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перерасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи	
		1	2	3																										4
Завтрак																														
45	Каша пшеничная молочная жидкая					19								4	2			113												
2	Кофейный напиток с молоком													6				144									2,5			
155	Яйцо вареное																40													
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										10					
	Итого	30	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	10	7	0	40	257	0	0	0	0	0	0	10	0	2,5	0	0	
2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																														
120	Винегрет овощной							8,2	30,2							3														
47	Суп картофельный с бобовыми, с мясом					12		30	17,2						2						10									
64	Тефтели из говядины с рисом			4		5			16							3,7	2,4				38									
109	Картофель тушеный							89	33							3														
54	Компот из свежих плодов										30			6																
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	0	40	4	0	17	0	127,2	96,4	0	30	0	0	6	2	9,7	2,4	0	0	0	48	0	0	0	0	0	0	0	0	
Полдник																														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180												
78	Булочка домашняя			41,7										8,7	10	0,1	4,8	17											1	
	Итого	0	0	41,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	8,7	10	0,1	4,8	197	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
Ужин																														
67	Суп с рыбными консервами					4		54	14							2,5							29							
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
13	Чай с сахаром													6												0,35				
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																			
	Итого	20	0	0	0	4	0	54	14	0	75	0	0	6	0	2,5	0	0	0	0	0	0	29	0	0	0,35	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																													
	Итого за день	50	40	45,7	0	40	0	181,2	110,4	120	105	0	0	30,7	19	12,3	47,2	454	0	0	48	0	29	0	10	0,35	2,5	0	1	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 13

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
Завтрак																														
14	Каша "Дружба"					17								4	2			113												
15	Какао с молоком													6				144										3,4		
16	Бутерброд с маслом	30													5															
	Итого	30	0	0	0	17	0	0	0	0	0	0	0	10	7	0	0	257	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,4	0	
2 завтрак																														
21	Кисломолочный напиток																	180												
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																														
147,26	Салат из свеклы с чесноком или салат из свежих помидоров и огурцов								38							3														
52	Суп картофельный с макаронными изделиями на бульоне						6	47	17,5						2															
59	Рис отварной с овощами					33			31						2															
135	Суфле из кур			2											6		11	13				103								
20	Кисель из ягод				7						15			5																
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	0	40	2	7	33	6	47	86,5	0	15	0	0	5	10	3	11	13	0	0	0	103	0	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																														
13	Чай с сахаром													6													0,35			
3	Бутерброд с маслом и сыром	30													5										10					
ГП	Конфета											30																		
	Итого	30	0	0	0	0	0	0	0	0	0	30	6	5	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	10	0,35	0	0	0	
Ужин																														
49	Пудинг творожный с молоком стуженным					11						15		15	4		13	50	113											
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
126	Напиток из шиповника											15		6																
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																			
	Итого	20	0	0	0	11	0	0	0	0	75	30	0	21	4	0	13	50	113	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																													
	Итого за день	80	40	2	7	61	6	47	86,5	0	90	30	30	42	26	3	24	500	113	0	0	103	0	0	10	0,35	0	3,4	0	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 14

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перерасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
Завтрак																														
37	Омлет натуральный с маслом														5		120	70												
31	Чай с лимоном										4			6													0,35			
16	Бутерброд с маслом	30													5															
	Итого	30	0	0	0	0	0	0	0	0	4	0	0	6	10	0	120	70	0	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0
2 завтрак																														
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																				
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																														
83	Салат из свеклы с соевыми огурцами								37,6							3														
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной							18	48						2						10			7						
65	Каша гречневая (перловая) рассыпчатая					51									3															
35	Гуляш			1					9							3					50									
9	Компот из сухофруктов											21		6																
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	0	40	1	0	51	0	18	94,6	0	0	21	0	6	5	6	0	0	0	0	60	0	0	7	0	0	0	0	0	
Полдник																														
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180												
72	"Гребешок" или ватрушка с джемом (или повидлом) из дрожжевого теста			41,2							13,2			1,7	1,7	0,9	2,6	16											1	
	Итого	0	0	41,2	0	0	0	0	0	0	13,2	0	0	1,7	1,7	0,9	2,6	196	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	
Ужин																														
91	Картофельное пюре							102							4			19												
58	Рыба, тушеная в томате с овощами								19,2							3							92							
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
76	Чай с молоком													6				120									0,35			
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																			
	Итого	20	0	0	0	0	0	102	19,2	0	75	0	0	6	4	3	0	139	0	0	0	0	92	0	0	0,35	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																													
	Итого за день	50	40	42,2	0	51	0	120	113,8	120	92,2	21	0	19,7	20,7	9,9	122,6	405	0	0	60	0	92	7	0	0,7	0	0	1	

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 15

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3																									
Завтрак																													
84	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая					15								4	2			105											
2	Кофейный напиток с молоком													6				144								2,5			
16	Бутерброд с маслом	30													5														
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	10	7	0	0	249	0	0	0	0	0	0	0	0	2,5	0	0
2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	
Обед																													
17	Салат картофельный с солеными огурцами							20,6	17,1							3													
53	Суп "Харчо" с мясом птицы и со сметаной					4		45	18						2						19			7					
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	12							5							4	4	12								41			
94	Капуста тушеная			1,4					147,4							3													
129	Компот из ягод										16			6															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	12	40	1,4	0	4	0	65,6	187,5	0	16	0	0	6	2	10	4	12	0	0	41	19	0	7	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
36	Сушка домашняя			45											5	0,8	8	30											
	Итого	0	0	45	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	5	0,8	8	210	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
134	Солянка сборная мясная со сметаной							19	23,5						2						20			7					
13	Чай с сахаром													6												0,35			
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
	Итого	20	0	0	0	0	0	19	23,5	0	75	0	0	6	2	0	0	0	0	0	20	0	0	7	0	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	62	40	46,4	0	19	0	84,6	211	120	91	0	0	22	16	10,8	12	471	0	0	61	19	0	14	0	0,35	2,5	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 16

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи	
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28	
Завтрак																														
32	Каша манная молочная жидкая					15								4	2			113												
13	Чай с сахаром													6												0,35				
16	Бутерброд с маслом	30												5																
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	0	0	0	10	7	0	0	113	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0	0
2 завтрак																														
124	Яблоко, груша, банан или др.										100																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	100	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																														
83,81	Салат из моркови с зеленым горошком или салат из свежих помидоров с луком								37,1							3														
5	Борщ с капустой и картофелем, с мясом и со сметаной							12	56,2					1,5	2						10			7						
135	Макаронник с мясом	3					38		11					5	3						85									
20	Кисель из ягод				7						15			5																
ГП	Хлеб ржаной		40																											
	Итого	3	40	0	7	0	38	12	104,3	0	15	0	0	6,5	7	6	0	0	0	0	95	0	0	7	0	0	0	0	0	0
Полдник																														
31	Чай с лимоном										4			6												0,35				
95	Пирожок печеный из дрожжевого теста с фаршем картофельным с луком			28,8										1,7	3,6	0,8	4,8	7												1
	Итого	0	0	28,8	0	0	0	0	0	0	4	0	0	7,7	3,6	0,8	4,8	7	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0	1
Ужин																														
27	Рагу из овощей						115	101							5															
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)							30																						
64	Тефтели из говядины с рисом			4		5		16							3,7	2,4					38									
ГП	Хлеб пшеничный	20																												
ГП	Сок фруктовый (овощной)								150																					
	Итого	20	0	4	0	5	0	115	147	150	0	0	0	0	8,7	2,4	0	0	0	0	38	0	0	0	0	0	0	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																													
	Итого за день	53	40	32,8	7	20	38	127	251,3	150	119	0	0	24,2	17,6	15,5	7,2	120	0	0	133	0	0	7	0	0,7	0	0	0	1

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 17

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
50	Каша рисовая молочная жидкая					15								4	2			113											
31	Чай с лимоном										4			6												0,35			
155	Яйцо вареное																40												
16	Бутерброд с маслом	30													5														
	Итого	30	0	0	0	15	0	0	0	0	4	0	0	10	7	0	40	113	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0
2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
12,79	Маринад овощной с томатом или салат из белокочанной капусты с морковью и кукурузой								40,3					1,3	4														
25	Рассольник ленинградский, с мясом и со сметаной					3		45	21,2						2						10			7					
35	Гуляш			1					9							3					50								
91	Картофельное пюре							102							4			19											
9	Компот из сухофруктов											21		6															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	0	40	1	0	3	0	147	70,5	0	0	21	0	7,3	6	7	0	19	0	0	60	0	0	7	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
28	Ватрушка с творогом из дрожжевого теста			32,4										3,4	1,7	0,1	5,1	12	22										1
	Итого	0	0	32,4	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3,4	1,7	0,1	5,1	192	22	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
156	Капуста тушеная с мясом			3					249						5						81								
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
13	Чай с сахаром													6												0,35			
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
	Итого	20	0	3	0	0	0	249	0	75	0	0	6	0	5	0	0	0	0	0	81	0	0	0	0	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	50	40	36,4	0	18	0	147	319,5	120	79	21	0	26,7	14,7	12,1	45,1	324	22	0	141	0	0	7	0	0,7	0	0	1

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 18

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
74	Омлет с зеленым горошком							40							6		80	80											
2	Кофейный напиток с молоком													6				144									2,5		
16	Бутерброд с маслом	30							40	0	0	0	0		5														
	Итого	30	0	0	0	0	0	40	0	0	0	0	0	6	11	0	80	224	0	0	0	0	0	0	0	0	2,5	0	0
2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)							30																					
34	Щи из свежей капусты с картофелем, с мясом и со сметаной						18	48							2						10			7					
62	Плов с птицей				42			18							1,5	1,5						75							
129	Компот из ягод										16			6															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	0	40	0	0	42	0	18	96	0	16	0	0	6	3,5	1,5	0	0	0	0	10	75	0	7	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												55																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
109	Картофель тушеный						89	33							3														
29	Котлеты, биточки, шницели рыбные	15						5							4	7	8						40						
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
13	Чай с сахаром												6													0,35			
	Итого	35	0	0	0	0	89	38	0	75	0	0	6	0	7	7	8	0	0	0	0	40	0	0	0,35	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	65	40	0	0	42	0	107	174	120	91	0	55	18	14,5	8,5	87	412	0	0	10	75	40	7	0	0,35	2,5	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 19

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Завтрак																													
39	Суп молочный с макаронными изделиями					12								1,6	0,8			115											
76	Чай с молоком													6				120								0,35			
86	Бутерброд с джемом	30									10																		
	Итого	30	0	0	0	0	12	0	0	0	10	0	0	7,6	0,8	0	0	235	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0
2 завтрак																													
21	Кисломолочный напиток																	180											
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
83	Салат из свеклы с солеными огурцами								37,6							3													
130	Суп картофельный с мясными фрикадельками						52	9						1,5		1,5				24									
58	Рыба, тушеная в томате с овощами							19,2								3						92							
144	Картофель отварной						119							6															
ГП	Сок фруктовый (овощной)									150																			
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	0	40	0	0	0	171	65,8	150	0	0	0	0	7,5	6	1,5	0	0	0	24	0	92	0	0	0	0	0	0	0
Полдник																													
13	Чай с сахаром													6												0,35			
55	Сырники из творога с джемом или повидлом			8							10			6	2		2		53										
	Итого	0	0	8	0	0	0	0	0	10	0	0	12	2	0	2	0	53	0	0	0	0	0	0	0	0,35	0	0	0
Ужин																													
146	Рулет из говядины	8													3		7				45								
104	Свекла тушеная в сметанном соусе			3				212							3	2							11						
20	Кисель из ягод				7						15			5															
ГП	Хлеб пшеничный	20																											
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
	Итого	28	0	3	7	0	0	212	0	90	0	0	5	6	2	7	0	0	0	45	0	0	11	0	0	0	0	0	
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	58	40	11	7	0	12	171	277,8	150	110	0	0	24,6	16,3	8	10,5	415	53	0	69	0	92	11	0	0,7	0	0	0

Дети 1,5-3 лет, 12 часовое пребывание

День 20

№ ТК (ТТК)	Наименование блюда	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд.	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в перасчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
		1	2	3																									
Завтрак																													
45	Каша пшеничная молочная жидкая					19								4	2			113											
2	Кофейный напиток с молоком													6				144								2,5			
155	Яйцо вареное																40												
3	Бутерброд с маслом и сыром	30	0	0	0			0	0	0	0	0	0	10	5	0	40	257	0	0	0	0	0	0	10	0	2,5	0	
	Итого	30	0	0	0	19	0	0	0	0	0	0	0	10	7	0	40	257	0	0	0	0	0	0	10	0	2,5	0	0
2 завтрак																													
ГП	Сок фруктовый (овощной)									120																			
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	120	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Обед																													
11	Овощи натуральные соленые (или свежие)								30																				
117	Суп крестьянский с крупой, с мясом и со сметаной					6		15	33,2						2						10			7					
6	Котлеты, биточки, шницели из говядины	12							5							4	4	12			41								
90	Рагу из овощей							60	53							4													
54	Компот из свежих плодов										30			6															
ГП	Хлеб ржаной		40																										
	Итого	12	40	0	0	6	0	75	121,2	0	30	0	0	6	2	8	4	12	0	0	51	0	0	7	0	0	0	0	0
Полдник																													
21,10	Кисломолочный напиток или молоко кипяченое																	180											
ГП	Кондитерские изделия (печенье, или вафли, или пряники, или др.)												55																
	Итого	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	55	0	0	0	0	180	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Ужин																													
63	Вареники ленивые со сгущенным молоком			22										14			14	38	148					6					
13	Чай с сахаром													6												0,35			
124	Яблоко, груша, банан или др.										75																		
ГП	Хлеб пшеничный	20													2														
	Итого	20	0	22	0	0	0	0	0	0	75	0	0	20	0	2	14	38	148	0	0	0	0	6	0	0,35	0	0	0
	Норма соли пищевой поваренной на весь день 3 гр.																												
	Итого за день	62	40	22	0	25	0	75	121,2	120	105	0	55	36	9	10	58	487	148	0	51	0	0	13	10	0,35	2,5	0	0

	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Мука пшеничная	Крахмал	Крупы, бобовые	Макаронные изд	Картофель	Овощи, зелень	Соки фруктовые, овощные	Фрукты(плоды) свежие	Сухофрукты	Кондитерские изд.	Сахар	Масло сливочное	Масло растительное	Яйцо	Молоко, к/м прод.	Творог	Субпродукты	Мясо (печень в пересчете на говядину)	Птица	Рыба	Сметана	Сыр	Чай	Кофейный напиток	Какао-порошок	Дрожжи
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	23	24	25	26	27	28
Итого за 20 дней	1210	800	517,7	42	613	171	2388	3781	2040	1937,2	181	250	515,9	357,4	183,4	802,3	8273	592	43	1290	402	640	177	81	10,50	20	10,2	8
Среднее значение за 20 дней	60,5	40,0	25,9	2,1	30,7	8,6	119,4	189,1	102,0	96,9	9,1	12,5	25,8	17,9	9,2	40,1	413,7	29,6	2,2	64,5	20,1	32,0	8,9	4,1	0,5	1,0	0,5	0,4
Норма продуктов питания согласно санитарным нормам и правилам	60,0	40,0	25,0	2,0	30,0	8,0	120,0	180,0	100,0	95,0	9,0	12,0	25,0	18,0	9,0	40,0	390,0	30,0	20,0	65,0	20,0	32,0	9,0	4,0	0,5	1,0	0,5	0,4
Процент удовлетворения норм питания	100,8	100,0	103,5	105,0	102,2	106,9	99,5	105,0	102,0	102,0	100,6	104,2	103,2	99,3	101,9	100,3	106,1	98,7	10,8	99,2	100,5	100,0	98,3	101,3	105,0	100,0	102,0	100,0
Процент отклонения от рекомендуемых норм питания	0,8	0,0	3,5	5,0	2,2	6,9	-0,5	5,0	2,0	2,0	0,6	4,2	3,2	-0,7	1,9	0,3	6,1	-1,3	-89,3	-0,8	0,5	0,0	-1,7	1,3	5,0	0,0	2,0	0,0