Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	l (г)	Энергетичес	№ РЕЦЕПТУРЬ	I сад
3-7 лет			Б	Ж	У	(ккал)		
День 1	Каша манная вязкая	200	6,21	7,47	25,09	192	88	
Завтрак 1	Чай с сахаром	200	0	0	13,31	47,78	263	
	Бутерброд с маслом	35/5	2,63	4,98	16,71	122,03	1	
	Итого за завтрак 1	440	8,84	12,45	55,11	361,81		
Danmay 2	Company	100	0.0	0	11.4	00.2	127	
Завтрак 2	Сок вишневый с мякотью	180		0	,		137	
	Итого за завтрак 2	180	0,8	0	11,4	88,2		
	Итого за завтрак	620	9,64	12,45	66,51	450,01		
Обед	Салат из свеклы с яблоками	50	0,5	3,1	4,6	52,3	162	+
3004	Суп овощной с мясом	200		2,62	· ·			
	со сметаной		.,.		>,	, , , , ,		1
	Рыба тушеная в сметанном	70/20	11	9,93	10,6	124,38	139	
	coyce							
	Каша рисовая	130	2,57	5,59	19,24	178,59	53	
	Компот из сухофруктов	180	0,43	0	17,4	91	241	
	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,36	17,1	54,3	133	
	Хлеб прибрежный	10	0,77	0,3	7,98	26,2	133	
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	7,98	26,2	133	
	Итого за обед	700	22,32	22,2	94,32	630,47		

		1			I	l	I I	
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	a(г)	Энергетичес	№ РЕЦЕПТУРЫ	сад
			Б	Ж	y	(ккал)		
Уплотненный	Икра кабачковая	50	0,68	3,18	4,09	47,64	37	
полдник	Омлет натуральный	120			<u> </u>			
полдник	с маслом	120	10,61	13	2,00	167,5	110	
	Кисель из черной смородины	200	0,36	0,12	27,01	107,79	111	
	Хлеб дарницкий	200		-			133	
	Хлеб пшеничный	20	,		<u> </u>			
	Банан	130						
	Итого за уплотненный	540						
	полдник		,	,	,	,		
	Итого за весь день	1860	48,62	54,02	234,97	1620,51		
			,		·	,		
	<u> </u>							
	+							

									+-
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	 	<u> </u> n(г)	Энергетичес	.№ PEHEΠ	ГУРЫ	сад
3-7 лет			Б	ж	y	(ккал)			
День 2						()			
Завтрак 1	Каша молочная пшеничная	150	3,26	3	18,29	111,47	91		
•	Напиток из цикория с молоком	200	1,3	1,3	14	92	253		
	Хлеб пшеничный с маслом	30/5/15	5,16		14,91	156,8	3		
	и сыром								
	Итого за завтрак 1	400	9,72	10,4	47,2	360,27			
	2	1.50	126		1= -1	00.06	105		
Завтрак 2	Вишня	173				89,96	137		
	Итого за завтрак 2	173	1,36	0,85	17,51	89,96			+-
	Итого за завтрак	573	11,08	11,25	64,71	450,23			
Обед	Салат витаминный	50	0,7	2,5	6,32	50,7	150		
, ,	Суп картофельный	180				134	47		
	с горохом с мясом птицы		,	Ź					
	Тефтели из говядины	70	8,19	9,49	7,31	150,5	174		
	Картофельное пюре	130	3,3	5,67	19,5	151,5	206		
	Компот из свежих фруктов	180	0,07	0,06	16,71	64	17		
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	7,98	26,2	133		
	Хлеб дарницкий	15	0,99	0,18	5,13	27,1	133		
	Хлеб прибрежный	10	0,77	0,3	7,98	26,2	133		
	Итого за обед	645	19,95	23,18	91,93	630,2			
									+-
									+
									+-
									+-

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые			Энергетичес	№ РЕЦЕП	ТУРЫ	сад
			Б	Ж	У	(ккал)			
Уплотненный	Бефстроганов	70	,	5,3	3,05	148,06	375-196		
полдник	Каша гречневая рассыпчатая	130	,			112,1	53		
	Молоко 2,5%	180	5,04	4,5	8,46	93,6	134		
	Хлеб пшеничный	10	0,77	0,3	4,98	26,2	133		
	Хлеб дарницкий	10	0,66	0,12			133		
	Булочка	60	3,19	5,2	32,3	142	126		
	Итого за уплотненный	460	17,61	19,62	78,31	540,06			_
	полдник	400	17,01	19,02	70,31	340,00			
		1678	10 (1	54.05	224.05	1620 40			
	Итого за весь день	10/8	48,64	54,05	234,95	1620,49			
									_
									_
									\bot

енование блюда олочный ячневый ток "Несквик" с молоком с маслом оза завтрак 1 пивовый оза завтрак 2 оза завтрак	Выход 190 200 40/5 435 136 136 571	4,9 2,96 12,27 0,41 0,41	# 4,57 5,6 5,6 15,77	16,44 10,21 18,8 45,45	122,3 101 137 360,3 89,8	16	сад
олочный ячневый смаслом смаслом за завтрак 1 пивовый за завтрак 2	190 200 40/5 435 136	4,41 4,9 2,96 12,27 0,41 0,41	米 4,57 5,6 5,6 15,77 0 0	16,44 10,21 18,8 45,45	122,3 101 137 360,3 89,8	16 137	сад
олочный ячневый смаслом смаслом за завтрак 1 пивовый за завтрак 2	190 200 40/5 435 136	4,41 4,9 2,96 12,27 0,41 0,41	米 4,57 5,6 5,6 15,77 0 0	16,44 10,21 18,8 45,45	122,3 101 137 360,3 89,8	16 137	сад
олочный ячневый смаслом смаслом за завтрак 1 пивовый за завтрак 2	190 200 40/5 435 136	4,41 4,9 2,96 12,27 0,41 0,41	米 4,57 5,6 5,6 15,77 0 0	16,44 10,21 18,8 45,45	122,3 101 137 360,3 89,8	16 137	сад
ток "Несквик" с молоком с маслом 3 а завтрак 1 пивовый 3 а завтрак 2	200 40/5 435 136	4,41 4,9 2,96 12,27 0,41 0,41	4,57 5,6 5,6 15,77 0	16,44 10,21 18,8 45,45	122,3 101 137 360,3 89,8	16	
ток "Несквик" с молоком с маслом 3 а завтрак 1 пивовый 3 а завтрак 2	200 40/5 435 136	4,9 2,96 12,27 0,41 0,41	5,6 5,6 15,77 0 0	10,21 18,8 45,45 21,89	101 137 360,3 89,8	16	
ток "Несквик" с молоком с маслом 3 а завтрак 1 пивовый 3 а завтрак 2	200 40/5 435 136	4,9 2,96 12,27 0,41 0,41	5,6 5,6 15,77 0 0	10,21 18,8 45,45 21,89	101 137 360,3 89,8	16	
с маслом о за завтрак 1 пивовый о за завтрак 2	40/5 435 136	2,96 12,27 0,41 0,41	5,6 15,77 0 0	18,8 45,45 21,89	137 360,3 89,8	137	
о за завтрак 1 пивовый о за завтрак 2	136 136	0,41 0,41	15,77 0 0	45,45 21,89	360,3 89,8	137	
пивовый о за завтрак 2	136 136	0,41 0,41	0	21,89	89,8	137	
за завтрак 2	136	0,41	0				
за завтрак 2	136	0,41	0				
за завтрак	571	12,68	15 77				
за завтрак	571	12,68	1577				\longrightarrow
			13,77	67,34	450,1		-+
ц свежий	50	0,4	0,05	1,3	7	135	
исовый с помидорами	180	2,1	3,9	16,87	101,5	60	
ное рагу	130	2,89	5,22	23,2	109,1	77	
ца отварная	70	13,72	13,87	0,8	204,26	10	
шиповника	180	0,41	0	16,55	66,26	113	
пшеничный	15	1,15	0,9	7,47	39,3	133	
дарницкий	35	2,3	0,42	11,9	63,3	133	
прибрежный	15	1,15	0,9	7,47	39,3	133	
э за обед	675	24,12	25,26	85,56	630,02		
	исовый с помидорами ное рагу а отварная шиповника пшеничный дарницкий прибрежный	исовый с помидорами 180 ное рагу 130 за отварная 70 шиповника 180 пшеничный 15 дарницкий 35 прибрежный 15	исовый с помидорами 180 2,1 ное рагу 130 2,89 да отварная 70 13,72 шиповника 180 0,41 пшеничный 15 1,15 дарницкий 35 2,3 прибрежный 15 1,15	ясовый с помидорами 180 2,1 3,9 ное рагу 130 2,89 5,22 а отварная 70 13,72 13,87 шиповника 180 0,41 0 ншеничный 15 1,15 0,9 дарницкий 35 2,3 0,42 прибрежный 15 1,15 0,9	ясовый с помидорами 180 2,1 3,9 16,87 ное рагу 130 2,89 5,22 23,2 а отварная 70 13,72 13,87 0,8 шиповника 180 0,41 0 16,55 пшеничный 15 1,15 0,9 7,47 дарницкий 35 2,3 0,42 11,9 прибрежный 15 1,15 0,9 7,47	ясовый с помидорами 180 2,1 3,9 16,87 101,5 ное рагу 130 2,89 5,22 23,2 109,1 а отварная 70 13,72 13,87 0,8 204,26 шиповника 180 0,41 0 16,55 66,26 шеничный 15 1,15 0,9 7,47 39,3 дарницкий 35 2,3 0,42 11,9 63,3 прибрежный 15 1,15 0,9 7,47 39,3	ясовый с помидорами 180 2,1 3,9 16,87 101,5 60 ное рагу 130 2,89 5,22 23,2 109,1 77 на отварная 70 13,72 13,87 0,8 204,26 10 ниповника 180 0,41 0 16,55 66,26 113 ниеничный 15 1,15 0,9 7,47 39,3 133 нарницкий 35 2,3 0,42 11,9 63,3 133 прибрежный 15 1,15 0,9 7,47 39,3 133

	-								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые Б	ж	а(г) у	Энергетичес	№ РЕЦЕПТ	ГУРЫ	сад
Уплотненный	Сырники со сгущенным	145/20			_	(ккал) 295,15	130		+
лолдник	молоком	143/20	9,34	11,0	23,3	293,13	130		
полдник	Чай с сахаром	200	0,12	0,03	14,99	56,85	512		
	Вафли	40	,						
	Апельсин	120							
	Итого за уплотненный	520	11,82	12,99	82,05	540			
	полдник								
	Итого за день	1766	48,62	54,02	234,95	1620,12			
									_
_					1				

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	<u> </u> ц(г)	Энергетичес	№ РЕЦЕПТУРЬ	і сад
3-7 лет			Б	Ж	y	(ккал)		
День4								
Завтрак 1	Каша молочная гречневая	180,00	6,3	7,2	26,72	183,1	99	
-	Кофе с молоком	195,00	1,3	1,3	14	89,7	253	
	Слойка с маслом	30\5	2,02	4	10,33	87,35	54	
	Итого за завтрак 1	410,00	9,62	12,5	51,05	360,15		
	итого за завтрак т	410,00	7,02	14,3	31,03	300,13		
Завтак 2	Яблоко	200	0,8	0,8	19,6	90	135	
	Итого за завтрак 2	200	0,8	0,8	19,6	90		
	Итого за завтрак	610,00	10,42	13,3	70,65	450,15		
Обед	Салат из свежих	50	0,35	5,04	1,18	51,25	118	
	помидоров							
	Суп крестьянский	180	2,34	3,15	11,94	101,16	82	
	Запеканка картофельная	200	12,62	10	37,91	294,7	291	
	с мясом							
	Компот из свежем.ягод	180	0,13	0,09	14,3	64,53	<u> </u>	
	Хлеб пшеничный	15	1,15	0,9	7,47	39,3	133	
	Хлеб дарницкий	22	1,45	0,26	7,52	39,82	133	
	Хлеб прибрежный	15	1,15	0,9	7,47	39,3	133	
	Итого за обед	662	19,19	20,34	87,79	630,06		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые			Энергетичес	№ РЕЦЕП	ГУРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	У	(ккал)			
Уплотненный	Плов из говядины	140	8,41	8,59					
полдник	Кефир	200	,						
	Булочка "Веснушка"	50		5,27					
	Хлеб дарницкий	15	0,99	0,18	5,13	36,2	133		
	Итого за уплотненный	405	19,01	20,44	76,48	540	54,08		
	полдник								
	Итого за день	1677,00	48,62	54,08	234,92	1620,21			

	+							
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	<u> </u> ц(г)	Энергетичес	 № РЕЦЕПТУРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	y	(ккал)	i i	
День 5						, ,		
Заврак 1	Каша рисовая молочная	200	5,55	7,47	26,08	192	173	
	Какао с молоком	180	1,08	1,17	11,7	80,7	248	
	Бутерброд с сыром	20\7						
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	52,4	133	
	Сыр	10	2,3	2,9	0	36	134	
	Итого за завтрак 1	410	10,47	12,14	47,74	361,1		
Завтрак 2								
	Банан	100	1,5	0,1	19,2	89	135	
	Итого за завтрак 2	100	1,5	0,1	19,2	89		
	Итого за завтрак	510	11,97	12,24	66,94	450,1		
Обед	Салат из свежих огурцов и	60	0,29	3,02	0,91	31,89	85	
	помидоров							
	Борщ с мясом со сметаной	200	2,66	3,24	15,36	106,16	20	
	Картофельное пюре	130	3,3	5,68	19,57	153,03	206	
	Тефтели рыбные	70	7,11	5,25	6,26	124,7	29	
	Лимонный напиток	180	0,16	0,02	20,66	81,4	11	
	Хлеб пшеничный	15	1,16	0,45	7,47	39,3	133	
	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,36	10,26	54,3	133	
	Хлеб дарницкий	15	1,16	0,45	7,47	39,3	133	
	Итого за обед	700	17,82	18,47	87,96	630,08		

Ірием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	u(г)	Энергетичес	№ РЕЦЕПТУ	УРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	y	(ккал)			
Уплотненный	Пирожок с мясом	75	12,3	13,68	26,68			66	
полдник	Салат "Лето"	130						29	
	Чай без сахара	200	0,2	0	0	0			
	Зефир	50	0,4	0	23,3	152		133	
	Хлеб дарницкий	20			6,84	36,2		133	
	Итого за уплотненный	475	18,82	23,31	79,72	540,02			
	полдник								
	Итого за день	1685	48,61	54,02	234,62	1620,2			
			,		Í				

									-
							<u> </u>		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	і(г)	Энергетичес	№ РЕЦЕПТ	УРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	y	(ккал)			
День 6									
Завтрак	Каша пшенная молочная	200	7,01	8,1	28,39	213	96		
	Чай с молоком	180	0,8	1,54	13,5	56	76		
	Хлеб пшеничный с маслом	25/5	2,8	3,74	12,53	91,07	1		
Завтрак 2	Итого за завтрак 1	410	10,61	13,38	54,42	360,07			
	Сок шиповниковый	130	0,13	0	16,82	90	137		
	Итого завтрак 2	130	0,13	0	16,82	90			
	Итого за завтрак	540	10,74	13,38	71,24	450,07			
Обед									
	Салат из зеленого	50	1,41	3,08	3,46	47,05	46		
	горошка								
	Суп с гречкой с мясом	200		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·					
	Жаркое по домашнему	200	8,68	10,3					
	Компот из чернослива	180	0,65	0	21,85	86,1	15		
	Хлеб пшеничный	15	1,16	0,45					
	Хлеб прибрежный	15	1,16	0,45			133		
	Хлеб дарницкий	25		,					
	Итого за обед	685	20,86	22,62	83,13	629,87			

	1	-		1	ı		1	
Трием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	і(г)	Энергетичес	№ РЕЦЕПТУРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	У	(ккал)		
Уплотненый	Биточки из говядины	70	8,84	10,41	4,16	139,13	6	
полдник	Капуста тушеная	60	1,13	1	3,63	27,86	19	
	Макароны отварные	130	3,63	5,32	30,85	174,73	469	
	Компот из св.мор.ягод	190	0,14	0,1	17,32			
	Хлеб пшеничный	15	1,16	0,45	7,47	39,3	133	
	Хлеб дарничкий	20	1,32	0,24			133	
	Черешня (вишня)	100	0,8	0,5	10,3	54,7		
	Итого за уплотненный	585	17,02	18,02	80,57	540,1		
	полдник		,	,	ĺ	,		
	Итого за день	1810	48,62	54,02	234,94	1620,04		

			I	1				
		+						
	+	+						
		-				5		
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые		` '	Энергетичес	№ РЕЦЕПТУ	уры сад
3-7 лет			Б	Ж	У	(ккал)		
День 7								
Завтрак	Каша молочная геркулесовая	160					93	
	Напиток злаковый из ячменя	180	,	,			253	
	Печенье сдобное	20					134	
	Масло сливочное	5	,			· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	134	
	Итого за завтрак 1	365	8,05	12,49	51,11	360,04		
		126	0.4		21.00	00.76	105	
Завтрак 2	Сок сливовый	136	,		,		137	
	Итого за завтрак 2	136	0,4	0	21,89	89,76		
	Итого за завтрак	501	8,45	12,49	73	449,8		
Обед								
	Огурец свежий	60	,			,	135	
	Свекольник со сметаной	200	2,8	5,03	11,9	108,82	462 C	

	Овощи тушеные	130	3,36	5,73	15,08	153,75	52	
	Котлета мясная	70	,		7,16		161	
	Компот из свежих фруктов	180		0,06		65	17	
	Хлеб дарницкий	35		0,42	11,97	63,4	133	
	Хлеб пшеничный	20	,				133	
	Хлеб прибрежный	15	· · ·	-	-		133	
	Итого за обед	710	21,56		81,81	630,2		
_								
	<u> </u>							
Придра и	Наименование блюда	Выход	Пишавита	DOMEST :	(F)	Duangary		007
Прием пищи 3-7 лет	паименование олюда	Выхо д	Пищевые Б	Ж	<u>у</u>	(ккал)	№ PEUEIII УРЫ	сад
Уплотненый			D	/K	J	(ккал)		
полдник	Пирожок с капустой	70	3,9	7,43	48,55	183	79	
полдник	Омлет	120	,	,	,	167	18	
	Кефир	180					134	
	та пео пшеничный	10	I 0.77	() 3	4 98	26.21	1331	
	Хлеб пшеничный Хлеб ларницкий	10		0,3	4,98 3,42		133	
	Хлеб дарницкий	10	0,66	0,12	3,42	18,1	133	
	Хлеб дарницкий Яблоко		0,66	0,12 0,4	3,42 9,8	18,1		
	Хлеб дарницкий	10 100	0,66	0,12	3,42	18,1 45	133	
	Хлеб дарницкий Яблоко Итого за уплотненный полдник	10 100 490	0,66 0,4 18,7	0,12 0,4 21,24	3,42 9,8 80,13	18,1 45 540,1	133	
	Хлеб дарницкий Яблоко Итого за уплотненный	10 100	0,66	0,12 0,4	3,42 9,8	18,1 45 540,1	133	
	Хлеб дарницкий Яблоко Итого за уплотненный полдник	10 100 490	0,66 0,4 18,7	0,12 0,4 21,24	3,42 9,8 80,13	18,1 45 540,1	133	
	Хлеб дарницкий Яблоко Итого за уплотненный полдник	10 100 490	0,66 0,4 18,7	0,12 0,4 21,24	3,42 9,8 80,13	18,1 45 540,1	133	
	Хлеб дарницкий Яблоко Итого за уплотненный полдник	10 100 490	0,66 0,4 18,7	0,12 0,4 21,24	3,42 9,8 80,13	18,1 45 540,1	133	

			1						1
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	і(г)	Энергетичес	№ РЕЦЕП	ГУРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	y	(ккал)			
День 8									
Завтрак 1	Суп молочный с	200	5,85	5,81	21	155	44		
	макаронными изделиями								
	Чай	180		-	,		81		
	Бутерброд с маслом	30/5	3,3	4,36	14,62	108	16		
	Сыр	15	4,45	4,35	0	54	134		
	Итого за завтрак 1	430	13,6	14,52	47,6	360			
Завтрак 2									
	Сок шиповниковый	130	0,13	0	22,88	90	137		
	Итого завтрак 2	130	0,13	0	22,88	90			
	TT		12.52	11.75	5 0.40	4=0			
	Итого за завтрак	560	13,73	14,52	70,48	450			

Обед								
	Салат из свежих овощей	60	0,68	4,07	2,07	48,8	76	
	Суп с клецками	200	2,14	2,68	13,39	88	6	
	Картофельное пюре	130	3,3	5,68	19,6	154,6	206	
	Птица в соусе	70	7,42	9,33	2,58	106	179	
	Компот из сухофруктов	185	0,53	0	26,42	99,9	241	
	Хлеб прибрежный	15	1,65	0,45	7,47	39,3	133	
	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,36	10,26	54,3	133	
	Хлеб пшеничный	15	1,65	0,45	7,47	39,3	133	
	Итого за обед	705	19,35	23,02	89,26	630,2		
Ірием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вешества	(г)	Энергетичес	№ РЕПЕПТ:	уры сад
3-7 лет			Б	Ж	y	(ккал)		
Уплотненный						,		
полдник	Запеканка творожная со	120/30	15,04	16,14	47,67	425,4	117	
			,			,		
	сгущенным молоком							
	сгущенным молоком Кисель из яблок	200	0,14	0,13	18	72,6	111	
		200 100	,	0,13	18 9,5	72,6 42	111 135	
	Кисель из яблок Груша	100	0,4	0,3	9,5	42	135	
	Кисель из яблок Груша Итого за уплотненный		0,4	,		,	135	
	Кисель из яблок Груша Итого за уплотненный полдник	100 450	15,58	0,3	9,5 75,17	540	135	
	Кисель из яблок Груша Итого за уплотненный	100	15,58	0,3	9,5 75,17	42	135	
	Кисель из яблок Груша Итого за уплотненный полдник	100 450	15,58	0,3	9,5 75,17	540	135	
	Кисель из яблок Груша Итого за уплотненный полдник	100 450	15,58	0,3	9,5 75,17	540	135	

,									
-									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые			Энергетичес	№ РЕЦЕП	ТУРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	У	(ккал)			
День 9									
Завтрак 1									
	Суп молочный ячневый	155		6,32			29		
	Яйцо отварное	40		4,6	0,28				
	Кофейный напиток	180	,	2,3	14	92	253		
	Батон с повидлом	25/15							
	Батон	25							
	Повидло	15	0	0	9,15	40	136		

	Итого за завтрак1	415	12,73	13,97	49,3	360			
Завтрак 2	Руууороо и	138	0,83	0,3	20,7	90	135		
Завтрак 2	Виноград Итого за завтрак 2	138							
	111010 3a 3ab1pak 2	130	0,03	0,5	20,7	70			
	Итого за завтрак	553	13,56	14,27	70	450			
Обед	Помидор свежий	50	0,55	0,1	1,43	0,55	135		
ООСД	Щи со сметаной	200		4,22					
	Гуляш	70	,	8,65		144,2			
	Каша гречневая рассыпчатая	130		5,6		,			
	Лимонный напиток	180		0,02	· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·				
	Хлеб пшеничный	20	1,54	0,6	9,96	52,4	133		
	Хлеб прибрежный	15	1,16	0,46	7,47	39,3	133		
	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,36	10,26	54,3	133		
	Итого за обед	695	18,31	20,01	89,45	630,06			
	Птого за оосд	0,3	10,31	20,01	05,43	030,00			
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	<u></u>	Энергетичес	№ РЕПЕП	ГУРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	y	(ккал)	, ===		
Уплотненный	Салат из свежих огурцов	45	0,33	4,54	1,07	. ,	118		
полдник	Биточки рыбные	80		-					1
	Рис отварной с томатной	110/30		5,82		167,72	19		
	подливой	140				Í			

	Зефир	40	0,32		20,17	123	133		
	Отвар шиповника	200	0,68	0	4,3	22	47		
	Хлеб дарницкий	15	0,99	0,18	5,13	27,15	133		
	Хлеб пшеничный	15	1,16	0,45	7,47	39,3	133		
	Итого за уплотненный	535	16,75	19,74	75,45	540,08			
	полдник								
i	Итого за весь день	1783	48,62	54,02	234,9	1620,14			
									+
									+
									+
									+
									1
									+
	+								+
П	- T	D	TT			D.	<u> </u>		+
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые			Энергетичес	№ РЕЦЕПТ	ГУРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	У	(ккал)			+
День 10	И	100	5.62	5.00	24.04	1(0.1			
Завтрак1	Каша "Дружба" молочная	180	5,62	5,96	24,94	160,1	84		

	Напиток "Нескевик" с молок.	185	4,77	4,45	8,99	92,1	Акт		
	Бутерброд с маслом	35\5	2,3	4,36	14,62	108	16		
	Итого за завтрак 1	400	12,69	14,77	48,55	360,2			
Вавтрак 2									
	Сок шиповниковый	130	0,13	0	16,82				
	Итого завтрак 2	130	0,13	0	16,82	90			_
	Итого за завтрак	530	12,82	14,77	65,37	450,2			
Обед									
	Капуста тушеная	50	1,2	2,26	,				
	Рассольник с мясом	180	3,69	6,44	18,84	130,5	33		
	со сметаной								
	Картофель отварной	130	2,71	3,44	21,89	131,64	80		
	Оладьи из печени	70	10,11	7,75	4,76	137,35	233		
	Компот из свежих фруктов	180	0,14	0,14	14,3	54	54		
	Хлеб дарницкий	30	1,98	0,36	10,26	54,3	133		
	Хлеб пшеничный	15	1,16	,	7,47	39,3			
	Хлеб прибрежный	15	1,16	0,45	7,47	39,3	133		
	Итого за обед	670	22,15	21,29	89,22	630,19			
				l					
Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые	вещества	` '	Энергетичес	№ РЕЦЕПТ	ГУРЫ	сад
3-7 лет			Б	Ж	У	(ккал)			
Уплотненный									

полдник	Салат из свежих помидор	60	0,44	4,72	9,8	61,2	118	
	Макароны отварные	150	5,45	5,6	48,54	290,46	464	
	с тертым сыром							
	Молоко 3,5%	200	5,6	7	9,4	122	134	
	Хлеб дарницкий	15	0,99	0,18	5,13	27,15	133	
	Хлеб пшеничный	15	1,16	0,45	7,47	39,2	133	
	Итого за уплотненный	440	13,64	17,95	80,34	540,01		
	полдник							
	Итого за весь день	1640	48,61	54,01	234,93	1620,4		
	Итого за весь период	17315,00	486,33	540,45	2349,03	16202,41		
	Среднее значение за период	1731,5	48,633	54,045	234,903	1620,241		
	Содержание Б,Ж,У в меню		3,1	3,4	14,58			
	за период в % от							
	калорийности							