

МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ВОЗРАСТЕ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ. С 12 ЧАСОВЫМ ПРЕВЫВАНИЕМ

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод Ы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мг	F, мг	Se, мг									
Завтрак																												
221 ДИС КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	180	5,26	6,15	18,84	152,45	0,09	0,57	0,03	0,64	0,05	0,13	123,66	33,81	132,79	0,74	220,74	10,96	0,01	0,00	262	1994							
221 ДИС ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	8,70	6,00	27,00	0,63	33,00	0,00	0,00	0,00	2008								
221 ДИС ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,06	0,00	7,87	31,88	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,58	2,54	2,22	0,22	8,13	0,00	0,00	0,00	627	1994							
Итого за прием пищи:	398	7,57	9,09	49,03	309,23	0,11	0,58	0,03	0,64	0,05	0,15	139,92	42,35	162,01	1,59	261,87	10,98	0,01	0,00									
II. Завтрак																												
221 ДИС СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	17,82	77,40	0,02	3,80	0,00	0,18	0,00	0,00	12,60	7,20	12,80	2,52	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008							
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,82	77,40	0,02	3,80	0,00	0,18	0,00	0,00	12,60	7,20	12,80	2,52	0,00	0,00	0,00	0,00									
Обед																												
221 ДИС СУЛТГОРХОВЫЙ	200	5,42	5,79	16,84	140,86	0,16	3,61	0,16	3,24	0,05	0,05	47,74	28,85	70,55	1,84	398,02	3,59	0,02	0,00	99	2008							
221 ДИС ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ ИЗ СВИНИНЫ С СОУСОМ ИЗ СМЕТАНЫ С ТОМАТОМ	150/50	11,35	24,08	13,63	324,53	0,22	12,86	0,21	2,09	0,26	0,14	55,14	30,38	136,51	1,88	365,66	10,11	0,05	0,01	97	2008							
ХЛЕБ РЖАНОЙ	45	2,88	0,40	19,08	91,78	0,08	0,00	0,00	0,99	0,00	0,04	8,10	8,55	39,15	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00	2008								
221 ДИС КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,76	1,70	0,00	0,00	0,75	0,00	0,00	0,00	402	2008							
Итого за прием пищи:	625	19,75	30,27	55,16	580,19	0,46	16,17	0,37	6,32	0,31	0,23	118,74	69,48	246,21	5,52	825,63	16,22	0,07	0,01									
"Уплотненный" полдник																												
221 ДИС БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	100	13,65	3,90	8,04	122,20	0,09	0,50	0,01	1,48	0,00	0,08	35,54	45,61	195,31	1,03	372,09	119,86	0,51	0,01	239	2008							
221 ДИС КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	50	5,01	4,78	29,12	179,39	0,14	1,40	0,05	0,07	0,05	0,06	15,61	46,80	135,91	1,67	170,45	0,00	0,03	0,01	к/к	2008							
221 ДИС БАТОН	30	2,25	0,67	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	2008								
221 ДИС ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,08	0,00	7,87	31,88	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	4,76	1,92	2,22	0,22	7,92	0,00	0,00	0,00	627	1994							
Итого за прием пищи:	368	20,97	9,56	60,46	411,87	0,26	1,91	0,06	1,55	0,05	0,15	61,61	98,23	352,94	3,22	578,06	119,86	0,54	0,02									
Всего за день:		49,19	49,09	182,46	1 378,69	0,85	22,26	0,46	8,69	0,41	0,53	332,87	217,26	773,76	12,85	1 665,56	147,06	0,62	0,03									



2 День

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мг	Ф, мг	Se, мг								
II Завтрак																											
221 ДДС КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ	180	4,59	2,81	18,30	117,10	0,04	0,57	0,02	0,38	0,00	0,12	117,31	15,27	90,68	0,22	180,36	9,90	0,00	0,00	189	2008						
221 ДДС БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008						
221 ДДС СЫР (ПОРЦИЙМИ)	10	2,25	2,86	0,00	35,31	0,00	0,07	0,03	0,03	0,00	0,03	85,36	3,40	48,50	0,10	8,54	0,00	0,00	0,00	14	2008						
221 ДДС ЧАЙ С САХАРОМ	180/9	0,06	0,00	7,87	31,68	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,26	2,47	2,22	8,11	0,00	0,00	0,00									
Итого за прием пищи:	408	9,15	6,54	41,59	262,69	0,07	0,65	0,05	0,41	0,00	0,16	215,63	25,04	160,90	0,64	224,61	9,90	0,00	0,00								
II Завтрак																											
221 ДДС "СНЕЖОК"	180	6,12	4,50	9,90	109,80	0,43	1,26	0,05	0,00	0,00	0,36	184,40	28,80	171,00	0,18	232,20	0,00	0,00	0,00								
Итого за прием пищи:	180	6,12	4,50	9,90	109,80	0,43	1,26	0,05	0,00	0,00	0,36	184,40	28,80	171,00	0,18	232,20	0,00	0,00	0,00								
Обед																											
"Уплотнённый" полдник																											
221 ДДС БОРЩ С КАПУСТОЙ КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,79	4,51	9,08	89,21	0,04	8,96	0,17	1,41	0,00	0,04	59,29	19,95	43,56	1,05	285,34	5,14	0,02	0,00	76	2008						
221 ДДС ИКРА МОРКОВНАЯ	50	0,67	2,96	4,50	47,94	0,02	1,32	0,80	1,54	0,00	0,03	21,43	15,31	24,85	0,46	103,52	2,34	0,02	0,00	56	2008						
221 ДДС КОЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	9,30	12,21	8,05	179,15	0,04	0,66	0,03	1,79	0,00	0,07	12,29	13,20	89,93	1,10	124,45	2,95	0,06	0,01	314	2008						
221 ДДС КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	2,90	4,34	18,03	123,16	0,09	8,56	0,03	0,19	0,06	0,09	39,93	22,68	70,93	0,87	640,80	7,95	0,03	0,00	125	2008						
ХЛЕБ РЖАНОИ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,08	0,00	0,00	0,99	0,00	0,04	8,10	8,55	39,15	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00		2008						
221 ДДС НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,05	0,05	9,00	36,96	0,00	0,53	0,00	0,08	0,00	0,00	9,09	2,52	1,31	0,26	37,46	0,26	0,00	0,00	438	2008						
Итого за прием пищи:	700	17,69	24,47	67,74	568,22	0,27	20,03	1,03	6,00	0,06	0,27	150,13	82,21	266,73	5,54	1 252,77	21,16	0,13	0,01								
"Уплотнённый" полдник																											
221 ДДС ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	120/30	23,46	18,55	34,65	403,30	0,07	0,48	0,11	1,50	0,35	0,37	283,05	37,57	298,23	1,06	309,61	7,28	0,04	0,03	225	2008						
221 ДДС БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008						
221 ДДС КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,39	2,67	14,43	96,03	0,04	0,57	0,02	0,00	0,00	0,12	117,29	16,91	88,73	0,28	174,61	9,90	0,00	0,00	432	2008						
Итого за прием пищи:	360	29,10	22,09	64,50	577,93	0,14	1,05	0,13	1,50	0,35	0,50	386,04	58,38	407,46	1,64	511,82	17,18	0,04	0,03								
Всего за день:		62,06	57,60	183,73	1 618,64	0,91	22,99	1,26	7,91	0,41	1,29	946,20	194,43	1 009,09	8,20	2 221,40	48,24	0,17	0,04								

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны														№ рецеп-тур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мг, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	И, мг	Г, мг	Se, мг		
Завтрак																					
221 ДИС КАША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,77	2,91	25,79	149,17	0,04	0,57	0,02	0,11	0,00	0,12	116,47	24,00	112,61	0,31	185,62	10,25	0,01	0,00	184	2008
221 ДИС БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	79,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	19	2008
221 ДИС МАСЛО (ГОРЧИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	13	2008
221 ДИС КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,29	2,67	13,91	93,55	0,03	0,57	0,02	0,00	0,00	0,12	117,46	15,79	85,55	0,21	170,16	9,90	0,00	0,00	432	2008
Итого за прием пищи:	420	10,36	14,70	55,20	396,12	0,10	1,14	0,11	0,33	0,15	0,26	240,83	43,69	219,56	0,84	394,88	20,15	0,01	0,00		
II Завтрак																					
ФРУКТ	100	0,35	0,35	8,62	41,36	0,03	8,80	0,01	0,55	0,00	0,02	14,08	7,04	8,69	1,94	244,64	1,76	0,01	0,00		2008
Итого за прием пищи:	100	0,35	0,35	8,62	41,36	0,03	8,80	0,01	0,55	0,00	0,02	14,08	7,04	9,69	1,94	244,64	1,76	0,01	0,00		
Обед																					
221 ДИС РАССОЛНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,69	4,58	10,19	93,95	0,04	3,50	0,16	1,54	0,00	0,04	44,33	16,89	50,12	0,75	262,81	3,15	0,02	0,00	91	2008
221 ДИС СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	14,38	9,65	7,33	188,41	0,22	22,08	6,82	2,34	0,22	1,49	45,53	18,50	252,07	4,96	354,23	8,75	0,16	0,03	364	2008
221 ДИС СОУС ТОМАТНЫЙ	50	0,62	2,00	4,54	39,90	0,01	0,85	0,16	0,92	0,00	0,01	6,47	5,36	11,68	0,21	51,03	0,65	0,01	0,00		2008
221 ДИС МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	145	4,28	2,91	27,38	152,91	0,05	0,00	0,01	0,91	0,05	0,02	7,15	5,76	31,78	0,72	49,65	0,60	0,01	0,01	331	2008
ХЛЕБ РУКАНОЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,08	0,00	0,00	0,99	0,00	0,04	8,10	8,35	39,15	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00		2008
221 ДИС КОМОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,76	1,70	0,00	0,00	0,75	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:	710	23,95	19,54	74,33	589,17	0,40	26,43	7,15	6,70	0,27	1,60	121,34	59,76	394,80	8,44	689,67	15,87	0,20	0,04		
Уплотнённый полдник																					
221 ДИС РАТУ ИЗ ОВОШЕЙ С ГОВЯДИНОЙ	180	7,20	7,18	13,89	150,01	0,08	17,23	0,16	1,60	0,00	0,09	40,90	29,44	93,34	1,80	589,76	7,58	0,04	0,00	141	2008
221 ДИС БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
221 ДИС ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,06	0,00	9,80	39,42	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,59	2,54	2,22	0,22	8,19	0,00	0,00	0,00		2008
221 ДИС ВУЛОЧКА С ПОСЫЛКОЙ	60	5,39	7,10	36,41	230,87	0,07	0,00	0,03	1,42	0,14	0,04	9,98	7,68	48,02	0,54	71,20	1,45	0,01	0,01	467	2008
Итого за прием пищи:	458	14,90	15,15	75,52	498,90	0,18	17,24	0,19	3,02	0,14	0,14	64,17	43,56	163,08	2,86	696,75	9,03	0,05	0,01		
Всего за день:		49,56	49,74	213,67	1 526,55	0,71	53,61	7,46	10,60	0,56	2,02	440,42	151,05	777,12	14,08	2 015,94	46,81	0,27	0,05		

6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны											№ рецептур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг			І, мкг	F, мг	Se, мг
II Завтрак																					
221 ДДС СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	4,69	2,96	18,28	118,41	0,05	0,57	0,02	0,32	0,00	0,12	117,01	14,97	90,95	0,36	179,30	10,13	0,00	0,00	112	2008
221 ДДС ПЕЧЕНЬЕ	30	2,25	2,94	22,32	125,10	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,02	8,70	6,00	27,00	0,63	33,00	0,00	0,00	0,00		2008
221 ДДС ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,06	0,00	7,87	31,68	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,27	2,48	2,22	0,22	8,11	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	398	7,00	5,80	48,47	275,19	0,07	0,58	0,02	0,32	0,00	0,14	132,98	23,45	120,17	1,21	220,41	10,13	0,00	0,00		
II Завтрак																					
221 ДДС СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	17,82	77,40	0,02	3,60	0,00	0,18	0,00	0,00	12,60	7,20	12,60	2,52	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,82	77,40	0,02	3,60	0,00	0,18	0,00	0,00	12,60	7,20	12,60	2,52	0,00	0,00	0,00	0,00		
Обед																					
221 ДДС СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	200	3,45	3,07	6,86	69,10	0,04	3,47	0,15	1,91	0,00	0,05	31,28	12,54	28,23	1,28	235,07	2,43	0,01	0,00	92	2008
221 ДДС ТЕФЕЛИ ИЗ СВИННЫХ С СОУСОМ	89/50	8,88	21,71	13,28	284,50	0,20	1,30	0,17	2,21	0,00	0,07	16,49	18,33	91,18	1,11	230,81	4,58	0,04	0,00	272	2008
221 ДДС КАЦА ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЦАТАЯ	140	4,86	4,47	21,96	147,33	0,13	0,00	0,02	2,72	0,06	0,07	11,99	72,27	106,62	2,50	151,41	1,31	0,01	0,00	323	2008
ХЛЕБ РЖАНОИ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,08	0,00	0,00	0,99	0,00	0,04	8,10	8,55	39,15	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00		2008
221 ДДС КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,59	1,44	0,00	0,00	0,66	0,00	0,00	0,00	402	2008
Итого за прием пищи:	703	20,17	29,65	66,99	615,93	0,45	4,77	0,34	7,83	0,06	0,23	74,45	113,13	265,38	6,89	679,15	10,84	0,06	0,00		
"Уплотненный" полдник																					
221 ДДС ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ДЖЕМОМ	120/30	21,54	16,11	39,71	390,49	0,06	5,16	0,10	1,43	0,33	0,28	186,10	32,17	244,42	1,14	242,11	5,18	0,03	0,03	225	2008
221 ДДС БАТОН	30	2,25	0,67	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	18,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
221 ДДС КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,56	2,96	15,00	101,93	0,03	0,57	0,02	0,00	0,00	0,12	117,52	20,60	90,99	0,48	191,29	9,90	0,00	0,00	433	2008
Итого за прием пищи:	360	27,35	19,94	70,13	571,02	0,12	5,73	0,12	1,43	0,33	0,41	309,32	56,67	354,91	1,92	461,00	15,08	0,03	0,03		
Всего за день:		55,42	55,57	203,41	1 639,54	0,66	14,68	0,48	9,76	0,39	0,78	529,35	200,45	753,06	12,34	1 360,56	36,05	0,09	0,03		

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевода, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мкг	Н, мг	Na, мг									
221 ДИС КАША "ДРУЖБА"	200	5,21	3,07	25,45	151,00	0,07	0,57	0,02	0,32	0,00	0,12	116,81	26,64	120,01	0,49	196,51	10,55	0,01	0,00	190	2008							
221 ДИС БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	13	2008								
221 ДИС МАСЛО (ГОРЧИМЛИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	2008								
221 ДИС КОШЕВЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	180	3,29	2,67	13,91	93,55	0,03	0,57	0,02	0,00	0,09	0,12	116,65	15,61	88,55	0,21	170,10	9,90	0,00	0,00	432	2008							
Итого за прием пищи:	420	10,80	14,86	54,86	397,95	0,13	1,14	0,11	0,54	0,15	0,26	240,36	46,15	226,96	1,02	395,71	20,45	0,01	0,00									
ФРУКТ	100	0,35	0,26	8,99	41,03	0,01	1,80	0,00	0,32	0,00	0,02	15,39	9,72	12,96	1,62	139,50	0,90	0,01	0,00									
Итого за прием пищи:	100	0,35	0,26	8,99	41,03	0,01	1,80	0,00	0,32	0,00	0,02	15,39	9,72	12,96	1,62	139,50	0,90	0,01	0,00		2008							
221 ДИС СОЛЯНКА ПО-ДОМАШНЕМУ ИЗ ПТИЦЫ СО СМЕТАНОМ	2000/95	3,16	5,53	6,47	91,26	0,04	3,69	0,02	1,38	0,00	0,04	39,41	14,96	48,02	0,77	257,77	2,97	0,02	0,00	91	2008							
221 ДИС ЛЕГКА СВЕКОЛЬНАЯ	50	0,72	1,99	5,10	41,27	0,01	2,05	0,00	0,92	0,00	0,02	15,92	9,33	19,64	0,59	135,78	3,09	0,01	0,00	56	2008							
221 ДИС КОТЛЕТЫ КУРИНЫЕ "РЫЖИК"	75	9,28	12,10	7,40	175,70	0,05	0,89	0,26	1,86	0,00	0,07	17,41	17,54	98,35	1,24	146,89	3,51	0,08	0,01	314	2008							
221 ДИС КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	140	2,90	4,34	18,03	123,16	0,09	8,56	0,03	0,19	0,06	0,09	39,93	22,88	70,93	0,87	640,80	7,95	0,03	0,00	125	2008							
ХЛЕБ РЖАНОМ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,08	0,00	0,00	0,99	0,00	0,04	8,10	8,55	39,15	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00									
221 ДИС НАПИТОК ИЗ СМОРОДИНЫ	180	0,14	0,06	10,71	44,91	0,00	11,64	0,00	0,10	0,00	0,00	11,70	5,57	4,32	0,17	51,73	0,15	0,00	0,00		2008							
Итого за прием пищи:	704	19,18	24,42	66,79	668,08	0,27	26,83	0,31	5,44	0,06	0,26	132,47	78,63	278,41	5,44	1293,87	20,19	0,12	0,01	437	2008							
221 ДИС ПУДИНГ ИЗ РЫБЫ	100	14,10	4,26	6,05	119,31	0,08	0,48	0,04	0,40	0,17	0,11	45,57	43,21	198,93	0,86	378,76	121,83	0,51	0,01	321	2008							
221 ДИС КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ ОТВАРНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	50	5,01	4,78	29,12	179,39	0,14	1,40	0,05	0,07	0,05	0,06	15,61	46,80	135,91	1,67	170,45	0,00	0,03	0,01		2008							
221 ДИС ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008								
Итого за прием пищи:	180/10	0,07	0,00	9,86	40,02	0,00	0,30	0,00	0,00	0,00	0,00	7,95	2,67	2,58	0,24	11,10	0,00	0,00	0,00									
Итого за прием пищи:	370	21,43	9,91	60,45	417,32	0,25	2,18	0,09	0,47	0,22	0,18	74,83	96,58	356,92	3,07	587,91	121,83	0,54	0,02									
Всего за день:		51,76	49,45	191,09	1424,38	0,66	31,95	0,51	6,77	0,43	0,72	463,05	231,08	875,25	11,15	2416,99	163,37	0,88	0,03									

8 день

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецеп-туры	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	Л, мг	Na, мг	Se, мг								
221 ДПС КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ																											
221 ДПС БАТОН	180	4,59	2,81	18,30	117,10	0,04	0,57	0,02	0,38	0,00	0,12	117,38	15,29	90,68	0,22	180,37	9,90	0,00	0,00	189	2008						
221 ДПС СЫР (ПОРЦИЙМИ)	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	0,00	14	2008						
221 ДПС ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,06	0,00	0,00	35,31	0,00	0,07	0,03	0,03	0,03	0,03	86,56	3,40	48,50	0,10	6,54	0,00	0,00	0,00	14	2008						
Итого за прием пищи:	408	9,15	6,54	41,59	262,69	0,07	0,65	0,05	0,41	0,00	0,16	215,79	25,08	160,90	0,64	224,63	9,90	0,00	0,00								
221 ДПС МОЛОЧНЫЙ ВАНИЛЬНЫЙ НАПИТОК																											
Итого за прием пищи:	150	4,22	3,64	12,79	101,79	0,04	0,78	0,02	0,00	0,00	0,16	153,11	16,80	108,00	0,12	219,18	13,50	0,00	0,00	434	2008						
Итого за прием пищи:	150	4,22	3,64	12,79	101,79	0,04	0,78	0,02	0,00	0,00	0,16	153,11	16,80	108,00	0,12	219,18	13,50	0,00	0,00								
221 ДПС КУРИНЫЙ ВУЛФОН С КУРИЦЕЙ																											
221 ДПС ГРЕЧКА ИЗ ПШЕНИЧНОГО ХЛЕБА	200/25	3,46	8,60	1,23	96,23	0,02	0,63	0,19	1,43	0,05	0,03	32,40	9,28	39,41	0,55	67,61	1,75	0,03	0,00	67	2008						
221 ДПС БИТОЧКИ ИЗ СВИНИНЫ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	30	2,18	0,84	14,96	76,24	0,02	0,00	0,00	0,00	0,01	5,13	3,51	17,55	0,27	27,60	0,00	0,00	0,00	32	2021							
221 ДПС МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	88/50	8,87	25,34	9,90	310,05	0,19	0,35	0,03	1,76	0,05	0,07	19,99	13,93	89,16	0,94	192,87	5,03	0,04	0,00	272	2008						
ХЛЕБ РЖАНОУ	140	4,29	3,71	27,39	160,17	0,05	0,00	0,02	0,93	0,06	0,02	7,25	5,76	31,93	0,73	49,80	0,60	0,01	0,01	331	2008						
221 ДПС КОМПЛОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,08	0,00	0,00	0,99	0,00	0,04	8,10	8,55	39,15	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00	402	2008						
Итого за прием пищи:	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,76	1,70	0,00	0,00	0,75	0,00	0,00	0,00	402	2008						
Итого за прием пищи:	758	21,78	38,89	78,37	757,69	0,36	0,98	0,24	5,11	0,16	0,17	80,63	42,73	217,20	4,29	389,83	9,90	0,08	0,01								
221 ДПС БАТУ ИЗ ОВОЩЕЙ С ЗЕЛЕННЫМ ГОРОШКОМ																											
221 ДПС БАТОН	160	2,76	3,22	13,94	96,95	0,07	17,30	0,17	1,53	0,00	0,06	40,17	25,90	57,72	1,27	489,92	5,64	0,03	0,00	141	2008						
221 ДПС КИСЕЛЬ ИЗ ВИШНИ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	141	2008						
221 ДПС МАШНИК	200	0,09	0,02	15,37	8,49	0,00	0,66	0,00	0,04	0,00	0,00	14,93	4,62	7,14	0,05	30,15	0,22	0,00	0,00	406	2008						
221 ДПС ВАТУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,66	6,76	20,17	152,15	0,03	0,04	0,01	2,86	0,09	0,04	18,55	4,98	31,62	0,29	48,05	2,08	0,01	0,00								
Итого за прием пищи:	65	4,28	8,04	36,16	233,28	0,08	0,00	0,05	0,58	0,00	0,00	9,72	5,83	36,29	0,45	0,00	0,00	0,00	0,00	467	2008						
Итого за прием пищи:	505	12,04	18,91	101,06	623,47	0,21	18,00	0,23	5,01	0,08	0,11	89,07	45,23	152,27	2,36	605,72	7,94	0,04	0,00								
Итого за день:	47,19	67,98	233,81	1746,64	0,68	20,41	0,54	10,53	0,25	0,60	536,60	129,34	638,37	7,61	1449,36	41,24	0,12	0,01									

9 ДЕНЬ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витаминны											№ рецеп-тур	Сборник рецептур			
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мг	В2, мг	Са, мг	Мg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг			I, мг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
221 ДИС КАША ОВСЯНАЯ "ТЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	180	5,50	6,27	20,04	158,28	0,10	0,57	0,03	0,71	0,05	0,13	124,92	36,21	138,70	0,81	227,36	11,10	0,01	0,00	282	1994
221 ДИС БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	79,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00	13	2008
221 ДИС МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	13	2008
221 ДИС КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК НА МОЛОКЕ	200	3,29	2,67	13,91	93,55	0,03	0,57	0,02	0,00	0,00	0,12	117,46	15,79	85,55	0,21	170,16	9,90	0,00	0,00	432	2008
Итого за прием пищи:	420	11,09	18,06	49,45	408,23	0,16	1,14	0,12	0,93	0,20	0,27	249,28	55,90	245,65	1,34	426,62	21,00	0,01	0,00		
II Завтрак																					
ФРУКТ	100	0,35	0,26	8,99	41,03	0,01	1,80	0,00	0,32	0,00	0,02	15,39	9,72	12,96	1,62	139,50	0,90	0,01	0,00		2008
Итого за прием пищи:	100	0,35	0,26	8,99	41,03	0,01	1,80	0,00	0,32	0,00	0,02	15,39	9,72	12,96	1,62	139,50	0,90	0,01	0,00		
Обед																					
221 ДИС ОБЕКОЛЫНИК СО СМЕТАНОЙ	200/10	1,53	4,49	8,29	84,52	0,03	3,95	0,18	1,43	0,00	0,04	53,14	19,63	42,67	1,03	280,61	5,68	0,02	0,00	76	2008
221 ДИС ГУЛПШ ИЗ РЫБЫ	135	11,65	5,99	4,94	120,86	0,07	1,23	0,24	1,62	0,05	0,08	36,74	42,09	167,30	0,77	363,79	107,41	0,45	0,01	48	2010
221 ДИС КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	140	2,70	2,78	28,45	149,68	0,02	0,00	0,01	0,24	0,05	0,02	8,02	18,90	53,92	0,36	40,41	0,55	0,02	0,01	181	2008
ХЛЕБ РУЖАНОЙ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,08	0,00	0,00	0,99	0,00	0,04	8,10	8,55	39,15	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00		2008
221 ДИС НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,05	0,05	9,00	36,98	0,00	0,53	0,00	0,08	0,00	0,00	9,09	2,52	1,31	0,26	37,46	0,26	0,00	0,00	438	2008
Итого за прием пищи:	710	18,91	13,71	69,76	483,82	0,20	5,71	0,43	4,36	0,10	0,18	115,09	91,69	304,35	4,22	783,47	116,42	0,48	0,02		
"Углопнённый" полдник																					
221 ДИС ЗАПЕКАНКА ТВОРОЖНО-МОРКОВНАЯ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	140/30	17,83	15,90	37,72	369,78	0,07	1,02	0,76	2,06	0,27	0,31	221,80	40,90	245,78	1,13	317,74	7,35	0,05	0,02	224	2008
221 ДИС БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	79,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008
221 ДИС ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,06	0,00	7,67	31,68	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,35	2,49	2,22	0,22	8,12	0,00	0,00	0,00		
Итого за прием пищи:	388	20,14	16,77	61,01	480,06	0,10	1,03	0,76	2,06	0,27	0,32	234,85	47,29	267,50	1,65	353,46	7,35	0,05	0,02		
Всего за день:		50,49	48,80	189,21	1 411,14	0,47	9,68	1,31	7,67	0,57	0,79	614,61	204,60	830,46	8,83	1 703,05	145,67	0,56	0,04		

Прем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины										Минеральные вещества										№ рецептур	Сборник рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углевод, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Св, мг	Мг, мг	Р, мг	Са, мг	К, мг	I, мкг	Ф, мг	Se, мг								
221 ДС КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	6,13	5,96	21,76	164,94	0,11	0,57	0,03	1,71	0,05	0,16	119,12	57,34	146,04	1,65	255,35	10,72	0,01	0,00	184	2008						
221 ДС БАТОН	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008						
221 ДС МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	10	0,05	8,25	0,08	74,80	0,00	0,00	0,07	0,22	0,15	0,01	1,20	0,00	1,90	0,02	1,50	0,00	0,00	0,00	13	2008						
221 ДС ЧАЙ С САХАРОМ	180/8	0,06	0,00	7,87	31,68	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,35	2,49	2,22	0,22	8,12	0,00	0,00	0,00		2008						
Итого за прием пищи:	428	8,49	14,98	45,13	350,02	0,14	0,58	0,10	1,93	0,20	0,18	133,37	63,73	169,65	2,19	292,57	10,72	0,01	0,00								
221 ДС СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,90	0,18	17,82	77,40	0,02	3,60	0,00	0,18	0,00	0,00	12,60	7,20	12,60	2,52	0,00	0,00	0,00	0,00	442	2008						
Итого за прием пищи:	180	0,90	0,18	17,82	77,40	0,02	3,60	0,00	0,18	0,00	0,00	12,60	7,20	12,60	2,52	0,00	0,00	0,00	0,00								
221 ДС ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ И СМЕТАНОЙ	200/10	1,34	4,48	5,55	72,94	0,03	7,56	0,17	1,36	0,00	0,03	51,51	14,42	32,98	0,71	193,22	3,32	0,01	0,00	84	2008						
221 ДС ЖАРКОЕ ПОДОМАШНЕМУ СО СВИННОЙ	160	9,34	22,21	17,83	309,02	0,26	8,90	0,18	1,50	0,05	0,11	18,28	32,91	124,49	1,69	772,90	9,27	0,08	0,00	258	2008						
221 ДС КВАШЕНАЯ КАПУСТА	45	0,92	3,05	3,63	47,14	0,01	15,17	0,00	1,26	0,00	0,01	24,56	8,24	16,53	0,32	153,00	1,55	0,01	0,00	40	2008						
221 ДС КОМОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	45	2,98	0,40	19,08	91,78	0,08	0,00	0,00	0,99	0,00	0,04	8,10	8,55	39,15	1,80	61,20	2,52	0,00	0,00		2008						
Итого за прием пищи:	180	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,76	1,70	0,00	0,00	0,75	0,00	0,00	0,00	402	2008						
221 ДС ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	640	14,58	30,14	51,90	644,10	0,38	31,63	0,35	5,11	0,05	0,19	110,21	65,82	213,16	4,52	1 181,07	16,86	0,08	0,00								
221 ДС СЫР (ПОРЦИЙМИ)	110	7,32	9,98	4,69	138,39	0,04	0,42	0,13	1,89	0,92	0,24	101,99	13,45	128,27	0,98	174,67	15,27	0,02	0,01	214	2008						
221 ДС БАТОН	12	2,69	3,42	0,00	42,22	0,00	0,08	0,04	0,03	0,00	0,03	102,08	4,06	58,00	0,12	10,21	0,00	0,00	0,00	14	2008						
221 ДС ЧАЙ С САХАРОМ	30	2,25	0,87	15,42	78,60	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	5,70	3,90	19,50	0,30	27,60	0,00	0,00	0,00		2008						
Итого за прием пищи:	180/8	0,06	0,00	7,87	31,68	0,00	0,01	0,00	0,00	0,00	0,00	7,35	2,49	2,22	0,22	8,12	0,00	0,00	0,00		2008						
Итого за день:	340	12,32	14,27	27,98	290,89	0,07	0,51	0,17	1,72	0,92	0,28	217,02	23,90	207,99	1,62	220,60	15,27	0,02	0,01								
		36,29	59,57	142,83	1 262,41	0,61	36,32	0,62	8,94	1,17	0,65	473,20	160,65	603,41	10,85	1 694,24	42,65	0,11	0,01								

ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ

Итого	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины											Минеральные вещества					
	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		V1, мг	C, мг	A, мг	E, мг	D, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг			
Итого за весь период	511,01	541,36	1 911,26	14 681,04	6,65	258,48	13,48	90,65	5,89	9,04	5 566,89	1 867,53	7 915,93	105,45	17 989,92	888,90	3,34	0,32			
Среднее значение за период	51,10	54,14	191,13	1 468,10	0,67	25,85	1,35	9,07	0,59	0,90	556,69	186,75	791,59	10,55	1 798,99	88,89	0,33	0,03			
Содержание белков, жиров, углеводов в Меню за период в % от калорийности	13,9	33,2	52,9																		

СУММАРНЫЕ ОБЪЕМЫ БЛЮД ПО ПРИЕМАМ ПИЩИ (В ГРАММАХ)

Возраст Детей	Завтрак	II Завтрак	Обед	"Уплотнённый" полдник
Сад 12 часов	409	153	693	400