

Вторая неделя

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергетическая ценность	
			ясли	д/с	белки		жиры		углеводы			
					ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с
ПОНЕДЕЛЬНИК	ЗАВТРАК	Каша Дружба	150	200	4,95	5,978	5,12	7,428	21,99	24,767	157,7	
		Какао на молоке	150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1	
		Масло сливочное	5	5	0,04	0,04	3,625	3,625	0,067	0,067	33	
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	
	ИТОГО завтрак			325	435	10,092	12,672	13,34	16,653	38,08	90,102	316,4
	2-ой ЗАВТРАК	Фрукты свежие – яблоки	108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6	
	ИТОГО второй завтрак			108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6
	ОБЕД	Борщ со свежей капустой и картофелем вегетарианский	150	200	1,715	2,286	2,758	3,677	8,08	10,77	72,378	
		Котлета рыбная минтай	50	70	7,46	11,91	4,17	5,44	7,945	10,45	97,92	
		Соус томатный	30	50	0,484	0,806	1,16	1,933	1,628	2,713	20,9	
		Пюре картофельное	80	100	1,792	2,22	3,78	4,721	10,773	13,302	86,04	
		Компот из кураги	150	200	0,528	0,66	0	0	17,6	24,495	70,59	
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	
	ИТОГО обед			520	700	16,427	23,852	12,536	16,664	74,102	99,214	482,028
		Кефир без сахара	150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5	
	ИТОГО полдник			150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5
	УЖИН	Запеканка из творога с манной крупой	110	130	13,524	17,06	19,538	23,548	17,884	23,8453	298,78	
		Сладкий подлив на повидле	30	50	0,026	0,043	0	0	11,377	18,96	44,04	
		Чай с сахаром	150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138	
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	
	ИТОГО ужин			310	400	15,25	18,803	19,785	23,795	46,813	60,3573	421,758
	ВСЕГО за день			1413	1849	46,701	61,783	49,843	62,568	175,579	268,8453	1345,286

день недели	прим пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергети ценн	
			ясли	д/с	белки		жиры		углеводы			
					ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с
В Т О Р Н И К	ЗАВТРАК	Каша гречневая	150	200	6,814	8,02	7,16	9,415	26,665	30,737	197,93	
		Кофейный напиток на молоке	150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01	
		Сыр	16	21	3,9	5,11	4,02	5,27	0,3	0,393	52,8	
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6	
	ИТОГО завтрак		336	451	15,724	19,858	15,636	20,543	50,771	66,321	404,34	
	2-ой ЗАВТ РАК	Сок	150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50	
	ИТОГО второй завтрак		150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50	
	О Б Е Д	Суп картофельный с горохом	150	200	3,68	3,66	3,339	3,339	13,706	13,706	145,6	
		Голубцы ленивые с молочным соусом	100	150	9,397	13,085	7,246	11,498	12,556	15,888	153,6	
		Картофель отварной с жареным луком	80	100	2,933	4,14	5,971	9,384	11,922	32,987	113,03	
		Компот из сухих яблок	150	200	0,072	4,8	0	0	17,61	36,81	66,58	
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8	
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4	
		ИТОГО обед		540	730	20,53	31,655	17,224	25,114	83,87	136,875	613,01
		П О Л Д Н И К	Напиток из шиповника	150	200	0,08	0,08	0	0	18,24	23,23	69,78
	Печенье		20	20	1,5	1,5	1,96	1,96	14,88	14,88	83,4	
	ИТОГО полдник		170	220	0,08	1,58	1,96	1,96	33,12	38,11	153,18	
	У Ж И Н	Соте из рыбы	100	110	10,45	11,335	5,44	7,249	7,72	8,343	121,6	
		Соус сметанный	30	50	0,7	0,923	3,2	3,97	2,241	2,4	46	
		Зеленый горошек консервированный	50	50	1,47	1,47	0,094	0,094	2,96	2,96	18,6	
		Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43	
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8	
	ИТОГО ужин		350	430	14,45	15,578	8,999	11,576	32,777	41,547	278,43	
ВСЕГО за день		1546	1981	51,184	69,071	43,819	59,193	212,238	294,553	1498,96		

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергети ценн
					белки		жиры		углеводы		
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли
СРЕДА	ЗАВТРАК	Каша пшенная	150	200	5,56	7,115	4,751	9,25	22,79	28,732	165
		Какао на молоке	150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6
	ИТОГО завтрак		320	430	10,662	13,769	9,346	14,85	38,813	94	290,7
	2-ой ЗАВТРАК	Фрукты свежие – бананы	108	114	1,62	1,026	0	0	22,68	27,588	103,68
	ИТОГО второй завтрак		108	114	1,62	1,026	0	0	22,68	27,588	103,68
	ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	200	0,65	0,756	1,65	2,475	5,683	6,487	39,149
		Котлета из курицы	60	70	8,215	8,617	8,175	10,9	7,792	10,831	157,362
		Капуста тушёная	110	130	2,933	3,46	5,971	7,056	11,922	14,08	113,03
		Компот из свежих яблок	150	200	0,087	0,108	0,083	0	15,585	18,129	63,4
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4
		ИТОГО обед		530	680	16,333	18,911	16,547	21,324	69,058	87,011
	ПОЛДНИК	Снежок	150	200	4,5	6	3,75	5	16,5	22	118,5
	ИТОГО полдник		150	200	4,5	6	3,75	5	16,5	22	118,5
	УЖИН	Запеканка из творога с рисом	110	130	13,396	16,66	19,548	23,548	18,82	20,543	302,2
		Сладкий подлив на повидле	30	50	0,026	0,043	0	0	11,377	18,96	44,04
		Чай с сахаром	150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8
ИТОГО ужин		310	400	15,122	18,403	19,795	23,795	47,749	57,055	425,178	
ВСЕГО за день		1418	1824	48,237	58,109	49,438	64,969	194,8	287,654	1445,199	

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергети ценн
					белки		жиры		углеводы		
			ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли
ЧЕ Т В Е Р Г	ЗАВТРАК	Каша пшеничная	150	200	5,389	6,76	6,53	8,945	20,605	25,707	161,58
		Кофейный напиток на молоке	150	200	3,51	4,478	3,876	5,088	13,702	20,035	101,01
		Яйцо вареное	20	40	2,822	5,772	2,555	5,226	0,155	0,317	39,914
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6
	ИТОГО завтрак		340	470	13,221	19,26	13,541	20,029	44,566	61,215	355,104
	2-ой ЗАВТРАК	Фрукты свежие – яблоки	108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,6
	ИТОГО второй завтрак		108	114	0,432	0,456	0,432	0,456	10,584	11,172	48,60
	ОБЕД	Суп из овощей вегетарианский	200	200	1,274	1,274	3,249	3,249	8,487	8,487	73,98
		Котлета мясная	60	70	7,932	10,026	7,673	8,802	9,144	9,046	135,12
		Каша гречневая рассыпчатая	80	100	3,812	4,765	3,89	4,8625	18,683	23,358	126,94
		Соус молочный	30	0	1,146	0	2,528	0	2,956	0	39,04
		Компот из урюка	150	200	0,528	0,66	0	0	17,6	24,495	70,59
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4
	ИТОГО обед		580	650	19,14	22,695	18,008	17,8065	84,946	102,87	579,87
	ПОЛДНИК	Кисель на соке	150	200	0,325	0,507	0	0	23,39	29,74	97,9
	ИТОГО полдник		150	200	0,325	0,507	0	0	23,39	29,74	97,9
	УЖИН	Суфле из печени с рисом	75	95	6,2	7,85	36,1	45,7	8,1	10,26	126,12
		Морковь тушёная	110	110	1,63	1,63	5,909	5,909	10,799	10,799	100,84
		Чай с сахаром и лимоном	150	200	0,19	0,21	0,033	0,031	10,3	18,288	44,43
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8
	ИТОГО ужин		355	425	9,66	11,33	42,274	51,872	38,755	48,903	319,19
ВСЕГО за день		1533	1859	42,778	54,248	74,255	90,1635	202,241	253,9	1400,664	

день недели	прием пищи	наименование блюда	вес блюда		пищевые вещества						энергети ценн
			ясли	д/с	белки		жиры		углеводы		
					ясли	д/с	ясли	д/с	ясли	д/с	ясли
ПЯТНИЦА	ЗАВТРАК	Каша рисовая	150	200	5,06	5,563	6,53	6,554	25,42	27,9	180,18
		Какао на молоке	150	200	3,602	4,404	4,015	4,83	5,919	50,112	73,1
		Батон	20	30	1,5	2,25	0,58	0,77	10,104	15,156	52,6
		Сыр	16	21	3,9	5,11	4,02	5,27	0,3	0,393	52,8
	ИТОГО завтрак		336	451	14,062	17,327	15,145	17,424	41,743	93,561	358,68
	2-ой ЗАВТРАК	Сок	150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50
	ИТОГО второй завтрак		150	150	0,4	0,4	0	0	11,7	11,7	50
	ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем и томат-пастой на курином бульоне	150	200	2,076	4,112	2,85	3,12	7,744	8,32	68,6
		Котлета из курицы/Кура запеченная с луком и морковью	60	65	8,215	8,617	8,175	7,756	7,792	10,831	157,362
		Икра кабачковая	30	50	0,06	0,01	2,7	4,5	5,22	8,7	45,4
		Рожки отварные	80	90	2,6	3,043	2,44	3,974	16,54	21,849	102,7
		Компот из сухих груш	150	200	0,225	0,3	0	0	15,075	20,1	60,75
		Хлеб пшеничный	20	30	1,64	2,46	0,232	0,348	9,556	14,334	47,8
		Хлеб дарницкий	40	50	2,808	3,51	0,436	0,545	18,52	23,15	86,4
		ИТОГО обед		530	685	17,624	22,052	16,833	7768,487	80,447	107,284
	ПОЛДНИК	Кефир без сахара	150	200	4,5	6	3,75	5	6	8	76,5
		Печенье	20	20	1,5	1,5	1,96	1,96	14,88	14,88	83,4
	ИТОГО полдник		170	220	6	7,5	5,71	6,96	20,88	22,88	159,9
	УЖИН	Запеканка картофельная с овощами	150	200	4,22	5,62	6,1	8,133	22,3	29,73	169
		Соус томатно-молочный	30	50	0,817	1,269	1,59	3,168	2,567	3,897	35
		Чай с сахаром	150	200	0,06	0,06	0,015	0,015	7,996	7,996	31,138
		Хлеб пшеничный	20	20	1,64	1,64	0,232	0,232	9,556	9,556	47,8
	ИТОГО ужин		350	470	6,737	8,589	7,937	11,548	42,419	51,179	282,938
ВСЕГО за день		1536	1976	44,823	55,868	45,625	7804,419	197,189	286,604	1420,53	

Исчисленная стоимость	№ рецептуры
д/с	
184,58	
137,42	
33	
78,9	
433,9	
51,3	
51,3	
96,504	
144,87	
34,83	
106,75	
97,95	
71,7	
108	
660,604	
102	
102	
320,04	
73,4	
41,517	
47,8	
482,757	
1730,561	



Исчисленная стоимость	№ рецептуры
д/с	
263,9066	
138	
69,3	
78,9	
550,1066	
50	
50	
145,6	
219,88	
239	
140,65	
71,7	
108	
924,83	
88,48	
125,1	
213,58	
144,9	
56	
18,6	
63,536	
47,8	
330,836	
2069,3526	

Исчисленная стоимость	№ рецептуры
д/с	
226	
137,42	
78,9	
442,32	
114,4	
114,4	
50,07	
165,77	
133,5	
69,6	
71,7	
108	
598,64	
158	
158	
357,94	
73,4	
41,517	
47,8	
520,657	
1834,017	



Исчисленная стоимость	№ рецептуры
д/с	
204,8	
138	
71,415	
78,9	
493,115	
51,3	
51,3	
73,98	
156,12	
158,675	
0	
97,95	
71,7	
108	
666,425	
119,62	
119,62	
213,58	
100,84	
63,536	
47,8	
425,756	
1756,216	

Исчисленная стоимость	№ рецептуры
д/с	
199	
137,42	
78,9	
69,3	
484,62	
50	
50	
92,1	
165,77	
75,7	
129,94	
81	
71,7	
108	
724,21	
102	
125,1	
227,1	
225,3	
49,23	
41,517	
47,8	
282,938	
1768,868	