



СОГЛАСОВАНО:

Директор МКОУ

*[Handwritten signature]*

« 1 » 09 2021 г.

УТВЕРЖДАЮ

Директор ООО «Бизнес Консалтинг»

*[Handwritten signature]*  
Е.Ю. Кортоножко

« 1 » 09 2021 г.

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
для детей дошкольного возраста от 1,5 до 7 лет при  
аллергических реакциях

1 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (ККал)	С (мг)	Ca (мг)	Fe (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	A (мг)	E (мг)	Mg (мг)	P (мг)	
1	2	3	4														
<b>Завтрак</b>																	
<b>Каша "Дружба" молочная 200 гр. Таб. 2 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>180</b>																
Масло сливочное		2.70	2.70	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57	
Молоко 3,2%		135.00	135.00	3.915	4.32	6.345	81	1.755	162	0.135	0.054	0.2025			18.9	121.5	
Пшено		12.00	12.00	1.38	0.396	8.316	41.04		1.68	0.084	0.0504	0.0048		0.096	2.52	6.72	
Рис		9.00	9.00	0.63	0.09	6.66	29.97		0.72	0.09	0.0072	0.0036			4.5	13.5	
Сахар		5.00	5.00			4.99	19.95		0.15	0.015							
<b>Итого по блюду:</b>				<b>5.94</b>	<b>7.281</b>	<b>26.335</b>	<b>176.4</b>	<b>1.755</b>	<b>164.91</b>	<b>0.33</b>	<b>0.1146</b>	<b>0.2145</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.126</b>	<b>25.932</b>	<b>142.29</b>	
<b>Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>180</b>																
чай		2.30	2.30	0.161	0.1794	0.3105	3.726		1.61		0.00069	0.0023			0.0598		
Молоко 3,2%		110.00	110.00	3.19	3.52	5.17	66	1.43	132	0.11	0.044	0.165			15.4	99	
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03							
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.351</b>	<b>3.6994</b>	<b>15.4605</b>	<b>109.626</b>	<b>1.43</b>	<b>133.91</b>	<b>0.14</b>	<b>0.04469</b>	<b>0.1673</b>			<b>15.4598</b>	<b>99</b>	
<b>Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>40</b>																
Масло сливочное		7.00	7.00	0.035	5.775	0.056	10.36		0.84	0.014	0.007	0.0084	0.04571	0.07	0.028	1.33	
Хлеб пшеничный		33.00	33.00	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.543</b>	<b>6.072</b>	<b>16.391</b>	<b>99.46</b>	<b>0.066</b>	<b>46.38</b>	<b>1.1756</b>	<b>0.16243</b>	<b>0.0975</b>	<b>0.04571</b>	<b>0.1327</b>	<b>15.208</b>	<b>51.82</b>	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.95</b>		<b>17.29</b>	<b>72.96</b>	<b>3.8</b>	<b>13.3</b>		<b>0.019</b>	<b>0.019</b>			<b>2.66</b>		
<b>Обед</b>																	
<b>Огурец свежий</b>	<b>60</b>																
Огурец свежий		62.00	60.00	0.585	0.065	2.795	12.35	9.555	19.5	0.9555	0.01365	0.0143	0.00065	0.091	8.45	13	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.585</b>	<b>2.045</b>	<b>2.795</b>	<b>30.33</b>	<b>9.555</b>	<b>19.5</b>	<b>0.9555</b>	<b>0.01365</b>	<b>0.0143</b>	<b>0.00065</b>	<b>0.091</b>	<b>8.45</b>	<b>13</b>	
<b>Суп с вермишелью на курином бульоне 200 гр. Рец. 88 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>200</b>																
Вермишель		5.00	5.00	0.64	0.08	3.735	18.55										
Картофель		50.00	40.00	1	0.2	8.15	38.5	10	5	0.45	0.06	0.035		0.05	11.5	29	
Лук репчатый		14.00	12.00	0.196	0.028	1.274	5.88	1.4	4.34	0.112	0.007	0.0028					
Масло растительное		2.00	2.00		1.98		17.98							0.88			
Тушка цыпленка		25.00	10.00	4	3.50		47.50										
Морковь		17.00	15.00	0.221	0.017	1.173	5.44	0.85	4.59	0.119	0.0102	0.0119			6.46	9.35	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.057</b>	<b>5.805</b>	<b>14.332</b>	<b>133.850</b>	<b>12.250</b>	<b>13.930</b>	<b>0.681</b>	<b>0.077</b>	<b>0.050</b>	<b>0.000</b>	<b>0.930</b>	<b>17.960</b>	<b>38.350</b>	
<b>Плов из птицы 150 гр. Рец. 321 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>150</b>																
Куры		80.00	50.00	18.2	18.4		238	1.8	16	1.6	0.07	0.15	0.072	1.8	18	165	
Лук репчатый		11.90	10.00	0.1666	0.0238	1.0829	4.998	1.19	3.689	0.0952	0.00595	0.00238					
Масло сливочное		5.00	5.00	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95	
Морковь		26.20	21.00	0.3406	0.0262	1.8078	8.384	1.31	7.074	0.1834	0.01572	0.01834			9.956	14.41	
Рис		46.00	46.00	3.22	0.46	34.04	153.18		3.68	0.46	0.0368	0.0184			23	69	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>21.9522</b>	<b>23.035</b>	<b>36.9707</b>	<b>411.962</b>	<b>4.3</b>	<b>31.043</b>	<b>2.3486</b>	<b>0.13347</b>	<b>0.19512</b>	<b>0.10465</b>	<b>1.85</b>	<b>50.976</b>	<b>249.36</b>	

Компот из свежих плодов 180 гр. Рец. 390 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03							
Яблоко		25.00	25.00	0.1	0.1	2.45	11.1	2.5	4		0.0075	0.005				0.55	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.1</b>	<b>0.1</b>	<b>12.43</b>	<b>51</b>	<b>2.5</b>	<b>4.3</b>	<b>0.03</b>	<b>0.0075</b>	<b>0.005</b>				<b>0.55</b>	
Хлеб ржаной 38 гр.	30																
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>	
Хлеб пшеничный 20 гр.	20																
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.52</b>	<b>0.18</b>	<b>9.9</b>	<b>54</b>	<b>0.04</b>	<b>27.6</b>	<b>0.704</b>	<b>0.0942</b>	<b>0.054</b>		<b>0.038</b>	<b>9.2</b>	<b>30.6</b>	
<b>Полдник</b>																	
Оладьи (на воде) с молоком сгущённым 110/10 гр. Рец. 432 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	100/10																
Мука пшеничная в/с		56.50	56.50	5.9000	0.7000	37.9000	185.400										
Молоко		56.50	56.50	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95	
Дрожжи		1.60	1.60	0.020	0.238	1.307	7.1	0.103	3.64	9.2928	0.12556	0.7128		0.5016	12.25	50.49	
Соль		0.50	0.50						1.8	0.199							
Сахар-песок		2.00	2.00			2.00	7.98		0.06	0.006							
Масло растительное		5.00	5.00		1.98		17.98							0.88			
Молоко сгущенное с сахаром		10.00	10.00	0.720	0.850	5.55	32.80	0.001	0.37	0.0002	0.00006	0.000038	0.0000047	0.65			
<b>Итого по блюду:</b>				<b>12.1500</b>	<b>10.6500</b>	<b>62.7000</b>	<b>396.000</b>	<b>0.170</b>	<b>155.210</b>	<b>0.9200</b>	<b>0.08000</b>	<b>0.19000</b>	<b>31.5800</b>	<b>1.4600</b>	<b>25.7</b>	<b>161.17</b>	
Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	200																
Сахар		15.00	15.00			14.97	59.850		0.45	0.045							
Чай		1.00	1.00	0.0010		0.070	0.28		0.06						0.004		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.0010</b>		<b>15.0400</b>	<b>60.1300</b>		<b>0.5100</b>	<b>0.0450</b>					<b>0.0040</b>		
<b>На день</b>																	
Соль йодированная 5 гр.	5																
Соль		5.00	5.00						18.4	0.145							
<b>Итого по блюду:</b>	<b>10</b>								<b>18.4</b>	<b>0.145</b>							
Аскорбиновая кислота 0,5 гр на 10 дней	1																
Аскорбиновая кислота		0.50	0.50	0.0005	0.0005	0.4789	1.15865	0.3	0.17	0.0015	0.0002	0.00015					
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.0005</b>	<b>0.0005</b>	<b>0.4789</b>	<b>1.15865</b>	<b>0.3</b>	<b>0.17</b>	<b>0.0015</b>	<b>0.0002</b>	<b>0.00015</b>					

## 2 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорий- ность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)	
1	2	3.00	4.00														
<b>Завтрак</b>																	
Каша геркулесовая молочная 200 гр. Таб. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180																
Геркулес		20.00	20.00	2.46	1.24		70.4		66	0.72	0.09	0.02		0.32	25.8	65.6	
Масло сливочное		3.00	3.00	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57	
Молоко 3,2%		135.00	135.00	3.915	4.32	6.345	81	1.755	162	0.135	0.054	0.2025			18.9	121.5	
Сахар		5.00	5.00			4.99	19.95		0.15	0.015							

<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.39</b>	<b>8.035</b>	<b>11.359</b>	<b>175.79</b>	<b>1.755</b>	<b>228.51</b>	<b>0.876</b>	<b>0.147</b>	<b>0.2261</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.35</b>	<b>44.712</b>	<b>187.67</b>
<b>Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>200</b>															
Сахар		15.00	15.00				14.97	59.850		0.45	0.045					
Чай		1.00	1.00	0.0010			0.070	0.28		0.06					0.004	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.0010</b>			<b>15.040</b>	<b>60.130</b>		<b>0.510</b>	<b>0.045</b>				<b>0.004</b>	
<b>Булочка молочная 70 гр Рец. 466 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>70</b>															
Мука		53.90	53.90	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95
Мука		2.00	2.00	2.76	3.48		43.68	0.084	105.6	0.12	0.0048	0.036	0.03456		4.2	60
Молоко 3,2%		28.00	28.00	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95
Масло растительное		1.00	1.00		2.97		26.97							1.32		
Соль		1.00	1.00						3.6	0.199						
Дрожжи		0.20	0.20	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49
<b>Итого по блюду:</b>				<b>5.293</b>	<b>7.902</b>	<b>16.375</b>	<b>140.18</b>	<b>0.15</b>	<b>151.74</b>	<b>1.2916</b>	<b>0.16523</b>	<b>0.1311</b>	<b>0.06721</b>	<b>0.1127</b>	<b>19.4</b>	<b>111.44</b>
<b>Второй завтрак</b>																
<b>Фрукты (кроме цитрусовых)</b>	<b>100</b>															
В асс-те		100.00		1.4	0.56	21.56	100.1	14	16.8	0.84	0.056	0.07	0.028	0.56	35	39.2
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.4</b>	<b>0.56</b>	<b>21.56</b>	<b>100.1</b>	<b>14</b>	<b>16.8</b>	<b>0.84</b>	<b>0.056</b>	<b>0.07</b>	<b>0.028</b>	<b>0.56</b>	<b>35</b>	<b>39.2</b>
<b>Обед</b>																
<b>Салат из моркови 70 гр Рец. 42 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>70</b>															
Масло растительное		4.00	4.00		2.97		26.97							1.32		
Сахар		1.00	1.00			0.998	3.990		0.03	0.003						
Морковь		86.00	69.00	1.01	3.97	4.66	57.20	9.45	17.33	0.57	0.03	0.04		1.58	12.98	20.41
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.008</b>	<b>3.969</b>	<b>4.662</b>	<b>57.204</b>	<b>9.45</b>	<b>17.325</b>	<b>0.567</b>	<b>0.0315</b>	<b>0.0378</b>		<b>1.575</b>	<b>12.978</b>	<b>20.412</b>
<b>Борщ с курицей и сметаной (без пассировки овощей)200 гр. Рец. 62 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>200</b>															
Капуста свежая		43.70	35.00	0.7866	0.0874	2.0539	12.236	26.22	20.976	0.2622	0.01311	0.03059		0.0437	6.992	13.547
Картофель		53.30	40.00	1.066	0.2132	8.6879	41.041	10.66	5.33	0.4797	0.06396	0.03731		0.0533	12.259	30.914
Куры		20.00	11.50	3.64	3.68		47.6	0.36	3.2	0.32	0.014	0.03	0.0144	0.36	3.6	33
Лук репчатый		10.00	8.40	0.14	0.02	0.91	4.2	1	3.1	0.08	0.005	0.002				
Масло растительное		3.00	3.00		2.97		26.97							1.32		
Морковь		14.50	12.50	0.1885	0.0145	1.0005	4.64	0.725	3.915	0.1015	0.0087	0.01015		5.51	7.975	
Сахар		0.80	0.80			0.7984	3.192		0.024	0.0024						
Сметана 15%		6.00	6.00	0.156	0.9	0.216	9.72	0.024	5.28	0.012	0.0018	0.0006	6.42		0.54	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.7421</b>	<b>7.9201</b>	<b>17.6967</b>	<b>169.399</b>	<b>44.739</b>	<b>55.775</b>	<b>1.8628</b>	<b>0.12107</b>	<b>0.13315</b>	<b>6.4351</b>	<b>1.777</b>	<b>36.601</b>	<b>100.486</b>
<b>Запеканка картофельная с мясом 140 гр. Рец. 308 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>140</b>															
Мясо свинины		55.00	46.00	8.30	16.70	0.000	183.2		0.004	0.0006	0.00048	0.05500	0.285	13.2	1.21	
Масло сливочное		5.00	5.00	0.025	4.125	0.040	7.40		0.60	0.010	0.005	0.0143	0.03265	0.05	0.010	0.95
Картофель		168.00	134.00	3.23	0.646	26.3245	124.355	32.3	16.15	1.4535	0.1938	0.11305		0.1615	37.145	93.67
Лук репчатый		11.00	9.00	0.14	0.02	0.91	4.2	1	3.1	0.08	0.005	0.002				
Сухари панировочные		2.00	2.00	0.200		1.500	7.40									
Соль		1.00	1.00						3.6	0.199						
<b>итого по блюду:</b>				<b>11.895</b>	<b>21.491</b>	<b>28.775</b>	<b>326.555</b>	<b>33.300</b>	<b>23.454</b>	<b>1.743</b>	<b>0.204</b>	<b>0.184</b>	<b>0.318</b>	<b>13.412</b>	<b>38.365</b>	<b>94.620</b>
<b>Компот из сухофруктов 180 гр. Рец. 394 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>180</b>															
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03						
Сухофрукты		16.50	16.50			2.475	6.6	0.33	18.315		0.0033	0.0066			0.99	



Фрукт свежий(кроме цитрусовых)		100.00	100.00	1.4	0.56	21.56	100.1	14	16.8	0.84	0.056	0.07	0.028	0.56	35	39.2
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.4</b>	<b>0.56</b>	<b>21.56</b>	<b>100.1</b>	<b>14</b>	<b>16.8</b>	<b>0.84</b>	<b>0.056</b>	<b>0.07</b>	<b>0.028</b>	<b>0.56</b>	<b>35</b>	<b>39.2</b>
<b>Обед</b>																
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.0875</b>	<b>2.0525</b>	<b>6.879</b>	<b>50.425</b>	<b>7.25</b>	<b>26.84</b>	<b>1.0165</b>	<b>0.0145</b>	<b>0.029</b>	<b>0.00145</b>	<b>0.88</b>	<b>15.95</b>	<b>31.175</b>
<b>Суп гороховый на мясном бульоне с гречками 200/20 гр. Рец.87 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>220</b>															
Горох		16.00	16.00	3.68	0.256	7.696	47.84		14.24	1.12	0.144	0.0288		0.08	14.08	42.56
Картофель		77.50	62.00	1.55	0.31	12.6325	59.675	15.5	7.75	0.6975	0.093	0.05425		0.0775	17.825	44.95
Лук репчатый		18.00	16.00	0.252	0.036	1.638	7.56	1.8	5.58	0.144	0.009	0.0036				
Масло сливочное		2.00	2.00	0.01	1.65	0.016	2.96		0.24	0.004	0.002	0.0024	0.01306	0.02	0.008	0.38
Морковь		22.00	20.00	0.286	0.022	1.518	7.04	1.1	5.94	0.154	0.0132	0.0154			8.36	12.1
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6
<b>Итого по блюду:</b>				<b>7.298</b>	<b>2.454</b>	<b>33.4005</b>	<b>179.075</b>	<b>18.44</b>	<b>61.35</b>	<b>2.8235</b>	<b>0.3554</b>	<b>0.15845</b>	<b>0.01306</b>	<b>0.2155</b>	<b>49.473</b>	<b>130.59</b>
<b>Тефтели (на пару)80 гр. Рец.304 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>80</b>															
Мясо свинины		42.00	42.00	8.30	16.70	0.000	183.2		0.004	0.0006	0.00048	0.05500	0.285	13.2	1.21	
Мука		6.00	6.00	2.76	3.48		43.68	0.084	105.6	0.12	0.0048	0.036	0.03456		4.2	60
Лук репчатый		25.00	25.00	0.252	0.036	1.638	7.56	1.8	5.58	0.144	0.009	0.0036				
Масло растительное		9.00	9.00		2.97		26.97							1.32		
Рис		8.00	8.00	0.63	0.09	6.66	29.97		0.72	0.09	0.0072	0.0036			4.5	13.5
Морковь		2.00	2.00	0.1885	0.0145	1.0005	4.64	0.725	3.915	0.1015	0.0087	0.01015			5.51	7.975
Сахар		2.00	2.00			0.499	1.995		0.015	0.0015						
<b>Итого по блюду:</b>				<b>12.131</b>	<b>23.291</b>	<b>9.798</b>	<b>298.015</b>	<b>2.609</b>	<b>115.834</b>	<b>0.458</b>	<b>0.030</b>	<b>0.108</b>	<b>0.320</b>	<b>14.520</b>	<b>15.420</b>	<b>81.475</b>
<b>Каша ячневая Рец.332 СРБ для школ 2004 г.</b>	<b>150</b>															
Крупа ячневая		62.00	140.00	6.2	0.8	40.5	194.1		0.496	0.1116	0.0016	0.0005	0.0093		0.310	2.914
Масло сливочное		5.00	5.00	0.01	1.65	0.016	2.96		0.24	0.004	0.002	0.0024	0.01306	0.02	0.008	0.38
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.2100</b>	<b>2.4500</b>	<b>40.5160</b>	<b>197.0600</b>	<b>0.0000</b>	<b>0.7360</b>	<b>0.1156</b>	<b>0.0036</b>	<b>0.0029</b>	<b>0.0224</b>	<b>0.0200</b>	<b>0.3180</b>	<b>3.2940</b>
<b>Компот из сухофруктов 180 гр. Рец. 394 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>180</b>															
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03						
Сухофрукты		16.50	16.50			2.475	6.6	0.33	18.315		0.0033	0.0066			0.99	
<b>Итого по блюду:</b>						<b>12.455</b>	<b>46.5</b>	<b>0.33</b>	<b>18.615</b>	<b>0.03</b>	<b>0.0033</b>	<b>0.0066</b>			<b>0.99</b>	
<b>Хлеб ржаной 38 гр.</b>	<b>30</b>															
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>
<b>Хлеб пшеничный 20 гр.</b>	<b>20</b>															
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.52</b>	<b>0.18</b>	<b>9.9</b>	<b>54</b>	<b>0.04</b>	<b>27.6</b>	<b>0.704</b>	<b>0.0942</b>	<b>0.054</b>		<b>0.038</b>	<b>9.2</b>	<b>30.6</b>
<b>Полдник</b>																
<b>Пирожок с картофелем 70 гр. Рец. 340 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>70</b>															
Мука		29.00	29.00	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95
Сахар		2.00	2.00			0.499	1.995		0.015	0.0015						
Масло сливочное		1.00	1.00	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95
Соль		1.00	1.00						3.6	0.199						
Дрожжи		0.50	0.50	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49
Картофель		37.00	37.00	1.066	0.2132	8.6879	41.041	10.66	5.33	0.4797	0.06396	0.03731		0.0533	12.259	30.914
Лук		10.00	10.00													
Масло растительное		1.00	1.00		2.97		26.97							1.32		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.624</b>	<b>11.730</b>	<b>25.602</b>	<b>173.906</b>	<b>10.726</b>	<b>55.685</b>	<b>1.861</b>	<b>0.229</b>	<b>0.138</b>	<b>0.065</b>	<b>1.536</b>	<b>27.479</b>	<b>83.304</b>

Чай 200 гр. Рец. 412 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	200																
Сахар		15.00	15.00			14.97	59.850		0.45	0.045							
Чай		2.00	2.00	0.0010		0.070	0.28		0.06						0.004		
<b>Итого по блюду:</b>																	
<b>На день</b>																	
Соль йодированная 5 гр.	5																
Соль		5.00	5.00						18.4	0.145							
<b>Итого по блюду:</b>									<b>18.4</b>	<b>0.145</b>							

#### 4 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)	
1	2	3.00	4.00														
<b>Завтрак</b>																	
Каша пшеничная молочная 200 гр. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180																
Масло сливочное		3.00	3.00	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57	
Молоко 3,2%		135.00	135.00	3.915	4.32	6.345	81	1.755	162	0.135	0.054	0.2025			18.9	121.5	
Пшено		25.00	25.00	2.875	0.825	17.325	85.5		3.5	0.175	0.105	0.01		0.2	5.25	14	
Сахар		5.00	5.00			4.99	19.95		0.15	0.015							
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.805</b>	<b>7.62</b>	<b>28.684</b>	<b>190.89</b>	<b>1.755</b>	<b>166.01</b>	<b>0.331</b>	<b>0.162</b>	<b>0.2161</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.23</b>	<b>24.162</b>	<b>136.07</b>	
Чай 200 гр. Рец. 412 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																
Чай		2.30	2.30	0.161	0.1794	0.3105	3.726		1.61		0.00069	0.0023			0.0598		
Молоко 3,2%		110.00	110.00	3.19	3.52	5.17	66	1.43	132	0.11	0.044	0.165			15.4	99	
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03							
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.351</b>	<b>3.6994</b>	<b>15.4605</b>	<b>109.626</b>	<b>1.43</b>	<b>133.91</b>	<b>0.14</b>	<b>0.04469</b>	<b>0.1673</b>			<b>15.4598</b>	<b>99</b>	
Бутерброд с маслом и сыром 33/5/12 гр. Рец. 3 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	50																
Масло сливочное		5.00	5.00	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95	
Сыр		12.00	12.00	2.76	3.48		43.68	0.084	105.6	0.12	0.0048	0.036	0.03456		4.2	60	
Хлеб пшеничный		33.00	33.00	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>5.293</b>	<b>7.902</b>	<b>16.375</b>	<b>140.18</b>	<b>0.15</b>	<b>151.74</b>	<b>1.2916</b>	<b>0.16523</b>	<b>0.1311</b>	<b>0.06721</b>	<b>0.1127</b>	<b>19.4</b>	<b>111.44</b>	
<b>Обед</b>																	
огурец	60																
огурец		62.00	60.00	0.2354	0.0321	0.9095	4.066	0.7062	2.461	0.08025	0.007918	0.005671	0.030923		1.498	4.922	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.3554</b>	<b>3.1571</b>	<b>8.069</b>	<b>65.491</b>	<b>9.2562</b>	<b>20.731</b>	<b>0.76875</b>	<b>0.053818</b>	<b>0.041421</b>	<b>0.031243</b>		<b>1.3575</b>	<b>16.853</b>	<b>35.052</b>
Щи с картофелем на мясном бульоне со сметаной 200 гр. Рец. 73 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	200																
Капуста свежая		57.50	50.00	1.035	0.115	2.7025	16.1	34.5	27.6	0.345	0.01725	0.04025		0.0575	9.2	17.825	
Картофель		80.00	60.00	1.6	0.32	13.04	61.6	16	8	0.72	0.096	0.056		0.08	18.4	46.4	
Лук репчатый		12.00	10.00	0.168	0.024	1.092	5.04	1.2	3.72	0.096	0.006	0.0024					
Масло растительное		3.00	3.00		2.97		26.97							1.32			
Морковь		16.00	14.00	0.208	0.016	1.104	5.12	0.8	4.32	0.112	0.0096	0.0112			6.08	8.8	
Сметана 15%		6.00	6.00	0.156	0.9	0.216	9.72	0.024	5.28	0.012	0.0018	0.0006	6.42		0.54		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.167</b>	<b>4.345</b>	<b>18.1545</b>	<b>124.55</b>	<b>52.524</b>	<b>48.92</b>	<b>1.285</b>	<b>0.13065</b>	<b>0.11045</b>	<b>6.42</b>	<b>1.4575</b>	<b>34.22</b>	<b>73.025</b>	

<b>Капуста тушеная с курицей 250 гр. Рец. 534 СРБ для школ 2004</b>	<b>250</b>																
Капуста		286.00	229.00	5.183	0.577	13.5590	80.8	178.1	138.5	1.731	0.08650	0.20190		0.2885	46.2	89.436	
Морковь		5.00	4.00	0.1885	0.0145	1.0005	4.64	0.725	3.915	0.1015	0.0087	0.01015			5.51	7.975	
Лук репчатый		10.00	8.00	0.168	0.024	1.092	5.04	1.2	3.72	0.096	0.006	0.0024					
Мука		2.00	2.00	0.156	0.9	0.216	9.72	0.024	5.28	0.012	0.0018	0.0006	6.42		0.54		
Сахар		6.00	6.00			4.99	19.95		0.15	0.015							
Масло растительное		7.00	7.00		2.97		26.97							1.32			
Курица		75.00	50.00	3.64	3.68		47.6	0.36	3.2	0.32	0.014	0.03	0.0144	0.36	3.6	33	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>9.3355</b>	<b>8.1655</b>	<b>20.8575</b>	<b>194.7020</b>	<b>180.4210</b>	<b>154.7490</b>	<b>2.2755</b>	<b>0.1170</b>	<b>0.2451</b>	<b>6.4344</b>	<b>1.9685</b>	<b>55.8100</b>	<b>130.4110</b>	
<b>Кисель из ягод свежих 180 гр. Рец. 396 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>180</b>																
Сахар		10.00	10.00			11.976	47.88		0.36	0.036							
Кисель-концентрат		22.00	22.00														
<b>Итого по блюду:</b>																	
<b>Хлеб ржаной 38 гр.</b>	<b>30</b>																
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>	
<b>Хлеб пшеничный 20 гр.</b>	<b>20</b>																
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.52</b>	<b>0.18</b>	<b>9.9</b>	<b>54</b>	<b>0.04</b>	<b>27.6</b>	<b>0.704</b>	<b>0.0942</b>	<b>0.054</b>		<b>0.038</b>	<b>9.2</b>	<b>30.6</b>	
<b>Полдник</b>																	
<b>Блинчики(без яиц) со сгущённым молоком 100/10 гр. Рец. 430 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>100/10</b>																
Мука пшеничная		41.60	41.60	4.500	0.500	29.400	140.3		0.76	0.0504	0.0071	0.0017		0.063	0.67	0.13	
Вода		104.00	104.00														
Сахар-песок		2.50	2.50			2.994	11.97		0.09	0.090							
Соль		0.80	0.80						3.6	0.199							
Масло растительное		2.00	2.00		2.97		26.97							1.32			
Сгущённое молоко		10.00	10.00	0.720	0.850	5.55	32.80	0.001	0.37	0.0002	0.00006	0.000038	0.0000047	0.65			
<b>Итого по блюду:</b>				<b>5.220</b>	<b>4.320</b>	<b>37.944</b>	<b>212.040</b>	<b>0.001</b>	<b>4.816</b>	<b>0.339</b>	<b>0.007</b>	<b>0.002</b>	<b>0.000</b>	<b>2.033</b>	<b>0.672</b>	<b>0.126</b>	
<b>Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>200</b>																
Сахар		15.00	15.00			14.97	59.850		0.45	0.045							
Чай		1.00	1.00	0.0010		0.070	0.28		0.06					0.004			
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.0010</b>		<b>15.0400</b>	<b>60.1300</b>		<b>0.5100</b>	<b>0.0450</b>				<b>0.0040</b>			
<b>На день</b>																	
<b>Соль йодированная 5 гр.</b>	<b>5</b>																
Соль		5.00	5.00						18.4	0.145							
<b>Итого по блюду:</b>									<b>18.4</b>	<b>0.145</b>							

## 5 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	В1 (мг)	В2 (мг)	А (мг)	Е (мг)	Mg (мг)	Р (мг)	
1	2	3.00	4.00														
<b>Завтрак</b>																	



Каша гречневая молочная 200 гр. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180																
Гречка		20.00	20.00	2.66	0.68	14.3	68.6		3.6	0.44	0.0202	0.085			46.2	69.4	
Масло сливочное		3.00	3.00	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57	
Молоко 3,2%		135.00	135.00	3.915	4.32	6.345	81	1.755	162	0.135	0.054	0.2025			18.9	121.5	
Сахар		5.00	5.00			4.99	19.95		0.15	0.015							
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.59</b>	<b>7.475</b>	<b>25.659</b>	<b>173.99</b>	<b>1.755</b>	<b>166.11</b>	<b>0.596</b>	<b>0.0772</b>	<b>0.2911</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.03</b>	<b>65.112</b>	<b>191.47</b>	
Чай 200 гр. Рец. 412 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																
чай		1.70	1.70	0.4131	0.255	0.1734	4.913		2.176	0.374	0.0017	0.0034					
Молоко 3,2%		110.00	110.00	3.19	3.52	5.17	66	1.43	132	0.11	0.044	0.165			15.4	99	
Сахар		5.00	5.00			4.99	19.95		0.15	0.015							
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.6031</b>	<b>3.775</b>	<b>10.3334</b>	<b>90.863</b>	<b>1.43</b>	<b>134.326</b>	<b>0.499</b>	<b>0.0457</b>	<b>0.1684</b>			<b>15.4</b>	<b>99</b>	
Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	40																
Масло сливочное		7.00	7.00	0.035	5.775	0.056	10.36		0.84	0.014	0.007	0.0084	0.04571	0.07	0.028	1.33	
Хлеб пшеничный		33.00	33.00	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.543</b>	<b>6.072</b>	<b>16.391</b>	<b>99.46</b>	<b>0.066</b>	<b>46.38</b>	<b>1.1756</b>	<b>0.16243</b>	<b>0.0975</b>	<b>0.04571</b>	<b>0.1327</b>	<b>15.208</b>	<b>51.82</b>	
<b>Второй завтрак</b>																	
Чай 180 гр. Рец. 412 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03							
Чай		0.50	0.50	0.0005		0.035	0.14		0.03						0.002		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.05</b>	<b>0.0055</b>	<b>10.18</b>	<b>40.9475</b>	<b>2.2</b>	<b>2.53</b>	<b>0.063</b>	<b>0.0022</b>	<b>0.0011</b>			<b>0.002</b>		
Кондитерское изделие 30 гр.	30																
Кондитерское изделие (печенье без яиц)		30.00	30.00	2.25	3.54	22.47	125.13		6	0.3	0.024	0.024			3.9	20.7	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.25</b>	<b>3.54</b>	<b>22.47</b>	<b>125.13</b>		<b>6</b>	<b>0.3</b>	<b>0.024</b>	<b>0.024</b>			<b>3.9</b>	<b>20.7</b>	
<b>Обед</b>																	
Огурец свежий	60																
Огурец свежий		62.00	60.00	0.585	0.065	2.795	12.35	9.555	19.5	0.9555	0.01365	0.0143	0.00065	0.091	8.45	13	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.585</b>	<b>2.045</b>	<b>2.795</b>	<b>30.33</b>	<b>9.555</b>	<b>19.5</b>	<b>0.9555</b>	<b>0.01365</b>	<b>0.0143</b>	<b>0.00065</b>	<b>0.091</b>	<b>8.45</b>	<b>13</b>	
Суп картофельный с лапшой (на воде) 200 гр. Рец. 140 СРБ для детей в ДОО Маннанова, 2010	200																
Картофель		94.00	75.00	1.035	0.115	2.7025	16.1	34.5	27.6	0.345	0.01725	0.04025		0.0575	9.2	17.825	
Морковь		12.50	10.00	0.1885	0.0145	1.0005	4.64	0.725	3.915	0.1015	0.0087	0.01015			5.51	7.975	
Лук		12.00	10.00	0.168	0.024	1.092	5.04	1.2	3.72	0.096	0.006	0.0024					
Курица		32.00	32.00	3.64	3.68		47.6	0.36	3.2	0.32	0.014	0.03	0.0144	0.36	3.6	33	
Масло растительное		3.00	3.00		2.97		26.97							1.32			
Мука		10.00	10.00	0.013	2.063	0.02	3.7		0.3	0.01	0.003	0.003	0.01633	0.0025	0.01	0.475	
Соль		0.30	0.30						1.1	0.060							
<b>Итого по блюду:</b>				<b>5.0440</b>	<b>8.8660</b>	<b>4.8150</b>	<b>104.0500</b>	<b>36.7850</b>	<b>39.8150</b>	<b>0.9272</b>	<b>0.0485</b>	<b>0.0858</b>	<b>0.0307</b>	<b>1.7400</b>	<b>18.3200</b>	<b>59.2750</b>	
Гуляш из птицы с соусом белым основным 50/50 гр. Рец.293,381 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	100																
Куры		100.00	60.00	21.84	22.08		285.6	2.16	19.2	1.92	0.084	0.18	0.0864	2.16	21.6	198	
Лук репчатый		15.40	13.00	0.2156	0.0308	1.4014	6.468	1.54	4.774	0.1232	0.0077	0.00308					
Масло сливочное		2.00	2.00	0.01	1.65	0.016	2.96		0.24	0.004	0.002	0.0024	0.01306	0.02	0.008	0.38	
Морковь		18.50	15.00	0.2405	0.0185	1.2765	5.92	0.925	4.995	0.1295	0.0111	0.01295			7.03	10.175	

Мука высший сорт		1.80	1.80	0.1854	0.0198	1.2708	6.012		0.324	0.0216	0.00306	0.00072		0.027	0.288	1.548
<b>Итого по блюду:</b>				<b>22.4915</b>	<b>23.7991</b>	<b>3.9647</b>	<b>306.96</b>	<b>4.625</b>	<b>29.533</b>	<b>2.1983</b>	<b>0.10786</b>	<b>0.19915</b>	<b>0.09946</b>	<b>2.207</b>	<b>28.926</b>	<b>210.103</b>
<b>Пюре картофельное 140 гр. Рец. 339 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>140</b>															
Картофель		161.50	128.50	3.23	0.646	26.3245	124.355	32.3	16.15	1.4535	0.1938	0.11305		0.1615	37.145	93.67
Масло сливочное		2.90	2.90	0.0145	2.3925	0.0232	4.292		0.348	0.0058	0.0029	0.00348	0.018937	0.029	0.0116	0.551
Молоко 3,2%		42.20	42.20	1.2238	1.3504	1.9834	25.32	0.5486	50.64	0.0422	0.01688	0.0633			5.908	37.98
<b>Итого по блюду:</b>				<b>4.4683</b>	<b>4.3889</b>	<b>28.3311</b>	<b>153.967</b>	<b>32.8486</b>	<b>67.138</b>	<b>1.5015</b>	<b>0.21358</b>	<b>0.17983</b>	<b>0.018937</b>	<b>0.1905</b>	<b>43.0646</b>	<b>132.201</b>
<b>Компот из сухофруктов 180 гр. Рец. 394 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>180</b>															
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03						
Сухофрукты		16.50	16.50			2.475	6.6	0.33	18.315		0.0033	0.0066			0.99	
<b>Итого по блюду:</b>						<b>12.455</b>	<b>46.5</b>	<b>0.33</b>	<b>18.615</b>	<b>0.03</b>	<b>0.0033</b>	<b>0.0066</b>			<b>0.99</b>	
<b>Хлеб ржаной 38 гр.</b>	<b>30</b>															
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>
<b>Хлеб пшеничный 20 гр.</b>	<b>20</b>															
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.52</b>	<b>0.18</b>	<b>9.9</b>	<b>54</b>	<b>0.04</b>	<b>27.6</b>	<b>0.704</b>	<b>0.0942</b>	<b>0.054</b>		<b>0.038</b>	<b>9.2</b>	<b>30.6</b>
<b>Полдник</b>																
<b>Кондитерское изделие 60 гр.</b>	<b>60</b>															
Кондитерское изделие (печенье без яиц)		60.00	60.00													
<b>Итого по блюду:</b>																
<b>Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>200</b>															
Сахар		15.00	15.00			14.97	59.850		0.45	0.045						
Чай		1.00	1.00	0.0010		0.070	0.28		0.06						0.004	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.0010</b>		<b>15.0400</b>	<b>60.1300</b>		<b>0.5100</b>	<b>0.0450</b>					<b>0.0040</b>	
<b>На день</b>																
<b>Соль йодированная 5 гр.</b>	<b>5</b>															
Соль		5.00	5.00						18.4	0.145						
<b>Итого по блюду:</b>									<b>18.4</b>	<b>0.145</b>						

## 6 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (ККал)	С (мг)	Са (мг)	Fe (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	A (мг)	E (мг)	Mg (мг)	P (мг)
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3.00</b>	<b>4.00</b>													
<b>Завтрак</b>																
<b>Каша гречневая молочная 200 гр. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>180</b>															
Гречка		20.00	20.00	2.66	0.68	14.3	68.6		3.6	0.44	0.0202	0.085			46.2	69.4
Масло сливочное		3.00	3.00	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57
Молоко 3,2%		135.00	135.00	3.915	4.32	6.345	81	1.755	162	0.135	0.054	0.2025			18.9	121.5
Сахар		5.00	5.00			4.99	19.95		0.15	0.015						
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.59</b>	<b>7.475</b>	<b>25.659</b>	<b>173.99</b>	<b>1.755</b>	<b>166.11</b>	<b>0.596</b>	<b>0.0772</b>	<b>0.2911</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.03</b>	<b>65.112</b>	<b>191.47</b>

Чай с молоком 180 гр. Рец. 413 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																
Молоко 3,2%		80.00	80.00	2.32	2.56	3.76	48	1.04	96	0.08	0.032	0.12			11.2	72	
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03							
Чай		0.50	0.50	0.0005		0.035	0.14		0.03						0.002		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.3205</b>	<b>2.56</b>	<b>13.775</b>	<b>88.04</b>	<b>1.04</b>	<b>96.33</b>	<b>0.11</b>	<b>0.032</b>	<b>0.12</b>			<b>11.202</b>	<b>72</b>	
Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	40																
Масло сливочное		7.00	7.00	0.035	5.775	0.056	10.36		0.84	0.014	0.007	0.0084	0.04571	0.07	0.028	1.33	
Хлеб пшеничный		33.00	33.00	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.543</b>	<b>6.072</b>	<b>16.391</b>	<b>99.46</b>	<b>0.066</b>	<b>46.38</b>	<b>1.1756</b>	<b>0.16243</b>	<b>0.0975</b>	<b>0.04571</b>	<b>0.1327</b>	<b>15.208</b>	<b>51.82</b>	
<b>Обед</b>																	
Суп картофельный с курицей 200 гр. Рец. 83 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	200																
Картофель		120.00	90.00	2.4	0.48	19.56	92.4	24	12	1.08	0.144	0.084		0.12	27.6	69.6	
Куры		20.00	11.50	3.64	3.68		47.6	0.36	3.2	0.32	0.014	0.03	0.0144	0.36	3.6	33	
Лук репчатый		18.00	16.00	0.252	0.036	1.638	7.56	1.8	5.58	0.144	0.009	0.0036					
Масло растительное		4.00	4.00		3.96		35.96							1.76			
Морковь		22.00	20.00	0.286	0.022	1.518	7.04	1.1	5.94	0.154	0.0132	0.0154			8.36	12.1	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.578</b>	<b>8.178</b>	<b>22.716</b>	<b>190.56</b>	<b>27.26</b>	<b>26.72</b>	<b>1.698</b>	<b>0.1802</b>	<b>0.133</b>	<b>0.0144</b>	<b>2.24</b>	<b>39.56</b>	<b>114.7</b>	
Шницель мясной Рец. 282 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	75																
Свинина		55.50	56.00	8.30	16.70	0.000	183.2		0.004	0.0006	0.00048	0.05500	0.285	13.2	1.21		
Сухари панировочные		8.00	8.00	0.800		6.000	11.50										
Хлеб пшеничный		14.00	14.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6	
Масло растительное		6.00	6.00		3.96		35.96							1.76			
<b>Итого по блюду:</b>				<b>10.6200</b>	<b>20.8400</b>	<b>15.9000</b>	<b>284.6600</b>	<b>0.0400</b>	<b>27.6040</b>	<b>0.7046</b>	<b>0.0947</b>	<b>0.1090</b>	<b>0.2850</b>	<b>14.9980</b>	<b>10.4100</b>	<b>30.6000</b>	
Макаронны отварные 150 гр. Рец. 332 СРБ для детей в ДОО Лапшиной В.Т. 2004 г.	150																
Макаронные изделия(из твёрдых сортов пшеницы)		61.00	61.00	6.300	0.700	42.500	205.60		1.16	0.098	0.0104	0.0020		0.092	0.98	0.18	
Масло сливочное		5.00	5.00	0.035	5.775	0.056	10.36		0.84	0.014	0.007	0.0084	0.04571	0.07	0.028	1.33	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.3350</b>	<b>6.4750</b>	<b>42.5560</b>	<b>215.9600</b>	<b>0.0000</b>	<b>1.9960</b>	<b>0.1115</b>	<b>0.0174</b>	<b>0.0104</b>	<b>0.0457</b>	<b>0.1615</b>	<b>1.0040</b>	<b>1.5050</b>	
Компот из яблок 180 гр. Рец. 396 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																
Сахар		17.20	17.20			9.98	39.9		0.3	0.03							
Яблоко		32.00	32.00	0.18	0.072	1.314	7.92	36	6.48	0.234	0.0054	0.0036	0.00306		5.58	5.94	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.18</b>	<b>0.072</b>	<b>11.294</b>	<b>47.82</b>	<b>36</b>	<b>6.78</b>	<b>0.264</b>	<b>0.0054</b>	<b>0.0036</b>	<b>0.00306</b>		<b>5.58</b>	<b>5.94</b>	
Хлеб ржаной 38 гр.	30																
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>	
Хлеб пшеничный 20 гр.	20																
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.52</b>	<b>0.18</b>	<b>9.9</b>	<b>54</b>	<b>0.04</b>	<b>27.6</b>	<b>0.704</b>	<b>0.0942</b>	<b>0.054</b>		<b>0.038</b>	<b>9.2</b>	<b>30.6</b>	
<b>Полдник</b>																	
Пирожок с капустой 70 гр. Рец. 340 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	70																
Мука пшеничная в/с		32.00	32.00	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95	
Масло сливочное		1.00	1.00	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95	
Дрожжи		0.20	0.20	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49	
Соль		0.50	0.50						1.8	0.015							

Сахар-песок		2.00	2.00			1.996	7.98		0.06	0.006						
Масло растительное		4.00	4.00		3.96		35.96						1.76			
Капуста		53.00	42.00	0.7866	0.0874	2.0539	12.236	26.22	20.976	0.2622	0.01311	0.03059	0.0437	6.992	13.547	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.3446</b>	<b>12.5944</b>	<b>20.4649</b>	<b>160.0760</b>	<b>26.2860</b>	<b>69.6160</b>	<b>1.4643</b>	<b>0.1785</b>	<b>0.1317</b>	<b>0.0653</b>	<b>1.9664</b>	<b>22.2120</b>	<b>65.9370</b>
<b>Чай 180 гр. Рец. 412 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>180</b>															
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03						
Чай		0.50	0.50	0.0005		0.035	0.14		0.03					0.002		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.05</b>	<b>0.0055</b>	<b>10.18</b>	<b>40.9475</b>	<b>2.2</b>	<b>2.53</b>	<b>0.063</b>	<b>0.0022</b>	<b>0.0011</b>		<b>0.002</b>		
<b>На день</b>																
<b>Соль йодированная 5 гр.</b>	<b>5</b>															
Соль		5.00	5.00						18.4	0.145						
<b>Итого по блюду:</b>									<b>18.4</b>	<b>0.145</b>						

## 7 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (ККал)	С (мг)	Ca (мг)	Fe (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	A (мг)	E (мг)	Mg (мг)	P (мг)
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3.00</b>	<b>4.00</b>													
<b>Завтрак</b>																
<b>Вермишель молочная 200 гр. Рец. 100 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>180</b>															
Вермишель		20.00	20.00	2.56	0.32	14.94	74.2									
Масло сливочное		3.00	3.00	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57
Молоко 3,2%		135.00	135.00	3.915	4.32	6.345	81	1.755	162	0.135	0.054	0.2025			18.9	121.5
Сахар		5.00	5.00			4.99	19.95		0.15	0.015						
<b>Итого по блюду:</b>				<b>6.49</b>	<b>7.115</b>	<b>26.299</b>	<b>179.59</b>	<b>1.755</b>	<b>162.51</b>	<b>0.156</b>	<b>0.057</b>	<b>0.2061</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.03</b>	<b>18.912</b>	<b>122.07</b>
<b>Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>200</b>															
Сахар		15.00	15.00			14.97	59.850		0.45	0.045						
Чай		1.00	1.00	0.0010		0.070	0.28		0.06					0.004		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.0010</b>		<b>15.0400</b>	<b>60.1300</b>		<b>0.5100</b>	<b>0.0450</b>				<b>0.0040</b>		
<b>Бутерброд с маслом 33/7 гр. Рец. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>40</b>															
Масло сливочное		7.00	7.00	0.035	5.775	0.056	10.36		0.84	0.014	0.007	0.0084	0.04571	0.07	0.028	1.33
Хлеб пшеничный		33.00	33.00	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.543</b>	<b>6.072</b>	<b>16.391</b>	<b>99.46</b>	<b>0.066</b>	<b>46.38</b>	<b>1.1756</b>	<b>0.16243</b>	<b>0.0975</b>	<b>0.04571</b>	<b>0.1327</b>	<b>15.208</b>	<b>51.82</b>
<b>Второй завтрак</b>																
<b>Фрукты (кроме цитрусовых)</b>	<b>100</b>															
В асс-те		100.00		1.4	0.56	21.56	100.1	14	16.8	0.84	0.056	0.07	0.028	0.56	35	39.2
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.4</b>	<b>0.56</b>	<b>21.56</b>	<b>100.1</b>	<b>14</b>	<b>16.8</b>	<b>0.84</b>	<b>0.056</b>	<b>0.07</b>	<b>0.028</b>	<b>0.56</b>	<b>35</b>	<b>39.2</b>
<b>Обед</b>																
<b>Огурец свежий</b>	<b>60</b>															
Огурец свежий		62.00	60.00	1.008	3.969	4.662	57.204	9.45	17.325	0.567	0.0315	0.0378		1.575	12.978	20.412
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.008</b>	<b>3.969</b>	<b>4.662</b>	<b>57.204</b>	<b>9.45</b>	<b>17.325</b>	<b>0.567</b>	<b>0.0315</b>	<b>0.0378</b>		<b>1.575</b>	<b>12.978</b>	<b>20.412</b>
<b>Щи со сметаной на курином бульоне 200 гр. Рец. 62 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>200</b>															
Картофель		80.00	60.00	1.6	0.32	13.04	61.6	16	8	0.72	0.096	0.056		0.08	18.4	46.4
Лук репчатый		15.00	14.00	0.21	0.03	1.365	6.3	1.5	4.65	0.12	0.0075	0.003				

Масло растительное		2.00	2.00		1.98		17.98							0.88		
Морковь		17.00	15.00	0.221	0.017	1.173	5.44	0.85	4.59	0.119	0.0102	0.0119			6.46	9.35
Сахар		1.40	1.40			1.3972	5.586		0.042	0.0042						
Сметана 15%		5.00	5.00	0.13	0.75	0.18	8.1	0.02	4.4	0.01	0.0015	0.0005	5.35		0.45	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.3235</b>	<b>3.1745</b>	<b>23.9752</b>	<b>137.556</b>	<b>26.12</b>	<b>50.357</b>	<b>2.0582</b>	<b>0.1307</b>	<b>0.1024</b>	<b>5.35155</b>	<b>0.96</b>	<b>42.36</b>	<b>89.075</b>
<b>Фрикадельки из птицы 80 гр. Рец. 325 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>80</b>															
Куры		107.00	60.00	21.84	22.08		285.6	2.16	19.2	1.92	0.084	0.18	0.0864	2.16	21.6	198
Масло растительное		4.00	4.00		3.96		35.96							1.76		
Молоко 3,2%		18.00	18.00	0.522	0.576	0.846	10.8	0.234	21.6	0.018	0.0072	0.027			2.52	16.2
Хлеб пшеничный		14.80	14.80	1.1248	0.1332	7.326	39.96	0.0296	20.424	0.52096	0.069708	0.03996		0.02812	6.808	22.644
<b>Итого по блюду:</b>				<b>23.9948</b>	<b>27.2092</b>	<b>8.2</b>	<b>378.6</b>	<b>2.4236</b>	<b>63.424</b>	<b>2.55896</b>	<b>0.163708</b>	<b>0.26456</b>	<b>0.0864</b>	<b>3.97212</b>	<b>31.408</b>	<b>244.524</b>
<b>Рис отварной 100 гр. Табл.1 Рец. 179 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>100</b>															
Масло сливочное		3.00	3.00	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57
Рис		40.00	40.00	2.8	0.4	29.6	133.2		3.2	0.4	0.032	0.016			20	60
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.815</b>	<b>2.875</b>	<b>29.624</b>	<b>137.64</b>		<b>3.56</b>	<b>0.406</b>	<b>0.035</b>	<b>0.0196</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.03</b>	<b>20.012</b>	<b>60.57</b>
<b>Компот из сухофруктов 180 гр. Рец. 394 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>180</b>															
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03						
Сухофрукты		16.50	16.50			2.475	6.6	0.33	18.315		0.0033	0.0066			0.99	
<b>Итого по блюду:</b>						<b>12.455</b>	<b>46.5</b>	<b>0.33</b>	<b>18.615</b>	<b>0.03</b>	<b>0.0033</b>	<b>0.0066</b>			<b>0.99</b>	
<b>Хлеб ржаной 38 гр.</b>	<b>30</b>															
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>
<b>Хлеб пшеничный 28 гр.</b>	<b>20</b>															
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	2.128	0.252	13.86	75.6	0.056	38.64	0.9856	0.13188	0.0756		0.0532	12.88	42.84
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.128</b>	<b>0.252</b>	<b>13.86</b>	<b>75.6</b>	<b>0.056</b>	<b>38.64</b>	<b>0.9856</b>	<b>0.13188</b>	<b>0.0756</b>		<b>0.0532</b>	<b>12.88</b>	<b>42.84</b>
<b>Полдник</b>																
<b>Блинчики(без яиц) с сахаром 100/10 гр. Рец. 430 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015)</b>	<b>100/10</b>															
Мука пшеничная		41.60	41.60	4.500	0.500	29.400	140.3		0.76	0.0504	0.0071	0.0017		0.063	0.67	0.13
Вода		104.00	104.00													
Сахар-песок		2.50	2.50			2.994	11.97		0.09	0.090						
Соль		0.80	0.80						3.6	0.199						
Масло растительное		2.00	2.00		2.97		26.97							1.32		
Сахар		10.00	10.00			11.976	47.88		0.36	0.036						
<b>Итого по блюду:</b>				<b>4.500</b>	<b>3.470</b>	<b>44.370</b>	<b>227.120</b>		<b>4.806</b>	<b>0.375</b>	<b>0.007</b>	<b>0.002</b>		<b>1.383</b>	<b>0.672</b>	<b>0.126</b>
<b>Кисель из ягод свежих 180 гр. Рец. 396 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>180</b>															
Сахар		10.00	10.00			11.976	47.88		0.36	0.036						
Кисель-концентрат		22.00	22.00													
<b>Итого по блюду:</b>						<b>11.9760</b>	<b>47.8800</b>		<b>0.3600</b>	<b>0.0360</b>						
<b>Соль йодированная 5 гр.</b>	<b>5</b>															
Соль		5.00	5.00						18.4	0.145						
<b>Итого по блюду:</b>									<b>18.4</b>	<b>0.145</b>						

8 день



Пюре картофельное 140 гр. Рец. 339 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	140																
Картофель		161.50	128.50	3.23	0.646	26.3245	124.355	32.3	16.15	1.4535	0.1938	0.11305		0.1615	37.145	93.67	
Масло сливочное		2.90	2.90	0.0145	2.3925	0.0232	4.292		0.348	0.0058	0.0029	0.00348	0.018937	0.029	0.0116	0.551	
Молоко 3,2%		42.20	42.20	1.2238	1.3504	1.9834	25.32	0.5486	50.64	0.0422	0.01688	0.0633			5.908	37.98	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>4.4683</b>	<b>4.3889</b>	<b>28.3311</b>	<b>153.967</b>	<b>32.8486</b>	<b>67.138</b>	<b>1.5015</b>	<b>0.21358</b>	<b>0.17983</b>	<b>0.018937</b>	<b>0.1905</b>	<b>43.0646</b>	<b>132.201</b>	
Компот из яблок 180 гр. Рец. 396 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																
Сахар		17.20	17.20			9.98	39.9		0.3	0.03							
Яблоко		32.00	32.00	0.18	0.072	1.314	7.92	36	6.48	0.234	0.0054	0.0036	0.00306		5.58	5.94	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.608</b>	<b>0.176</b>	<b>15.108</b>	<b>64.62</b>	<b>2</b>	<b>5.82</b>	<b>0.342</b>	<b>0.0196</b>	<b>0.0104</b>			<b>0.44</b>		
Хлеб ржаной 38 гр.	30																
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>	
Хлеб пшеничный 20 гр.	20																
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.52</b>	<b>0.18</b>	<b>9.9</b>	<b>54</b>	<b>0.04</b>	<b>27.6</b>	<b>0.704</b>	<b>0.0942</b>	<b>0.054</b>		<b>0.038</b>	<b>9.2</b>	<b>30.6</b>	
<b>Полдник</b>																	
Кондитерское изделие 60 гр.	60																
Кондитерское изделие (печенье, вафли без яиц)		60.00	60.00														
<b>Итого по блюду:</b>																	
Чай 200 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	200																
Сахар		15.00	15.00			14.97	59.850		0.45	0.045							
Чай		1.00	1.00	0.0010		0.070	0.28		0.06						0.004		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.0010</b>		<b>15.0400</b>	<b>60.1300</b>		<b>0.5100</b>	<b>0.0450</b>					<b>0.0040</b>		
Соль йодированная 5 гр.	5																
Соль		5.00	5.00						18.4	0.145							
<b>Итого по блюду:</b>									<b>18.4</b>	<b>0.145</b>							

## 9 день

Названия блюд и продуктов	Выход блюда (г)	Брутто (г)	Нетто (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Калорийность (ККал)	С (мг)	Ca (мг)	Fe (мг)	B1 (мг)	B2 (мг)	A (мг)	E (мг)	Mg (мг)	P (мг)
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3.00</b>	<b>4.00</b>													
<b>Завтрак</b>																
Каша рисовая молочная 200 гр. Табл. 2 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	180															
Масло сливочное		3.00	3.00	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57
Молоко 3,2%		135.00	135.00	3.915	4.32	6.345	81	1.755	162	0.135	0.054	0.2025			18.9	121.5
Рис		19.00	19.00	1.33	0.19	14.06	63.27		1.52	0.19	0.0152	0.0076			9.5	28.5
Сахар		5.00	5.00			4.99	19.95		0.15	0.015						
<b>Итого по блюду:</b>				<b>5.26</b>	<b>6.985</b>	<b>25.419</b>	<b>168.66</b>	<b>1.755</b>	<b>164.03</b>	<b>0.346</b>	<b>0.0722</b>	<b>0.2137</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.03</b>	<b>28.412</b>	<b>150.57</b>
Чай 180 гр. Рец. 411 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180															
Сахар		15.00	15.00			9.98	39.9		0.3	0.03						
Чай		1.00	1.00	0.0005		0.035	0.14		0.03						0.002	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.0005</b>		<b>10.015</b>	<b>40.04</b>		<b>0.33</b>	<b>0.03</b>					<b>0.002</b>	

Бутерброд с маслом и сыром 33/5/12 гр. Рец. 3 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015	50																
Масло сливочное		5.00	5.00	0.025	4.125	0.04	7.4		0.6	0.01	0.005	0.006	0.03265	0.05	0.02	0.95	
Сыр		12.00	12.00	2.76	3.48		43.68	0.084	105.6	0.12	0.0048	0.036	0.03456		4.2	60	
Хлеб пшеничный		33.00	33.00	2.508	0.297	16.335	89.1	0.066	45.54	1.1616	0.15543	0.0891		0.0627	15.18	50.49	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>5.293</b>	<b>7.902</b>	<b>16.375</b>	<b>140.18</b>	<b>0.15</b>	<b>151.74</b>	<b>1.2916</b>	<b>0.16523</b>	<b>0.1311</b>	<b>0.06721</b>	<b>0.1127</b>	<b>19.4</b>	<b>111.44</b>	
<b>Обед</b>																	
Рассольник со сметаной на курином бульоне 200 гр. Рец. 82 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	200																
Картофель		74.70	56.00	1.494	0.2988	12.1761	57.519	14.94	7.47	0.6723	0.08964	0.05229		0.0747	17.181	43.326	
Лук репчатый		11.80	10.80	0.1652	0.0236	1.0738	4.956	1.18	3.658	0.0944	0.0059	0.00236					
Масло растительное		2.00	2.00		1.98		17.98							0.88			
Морковь		21.00	16.80	0.273	0.021	1.449	6.72	1.05	5.67	0.147	0.0126	0.0147			7.98	11.55	
Огурец соленый		21.00	20.20	0.168	0.021	0.357	2.73	1.05	4.83	0.126	0.0042	0.0042		0.021	2.94	5.04	
Перловая крупа		4.00	4.00	0.372	0.044	2.676	12.6		1.52	0.072	0.0048	0.0024					
Сметана 15%		6.00	6.00	0.156	0.9	0.216	9.72	0.024	5.28	0.012	0.0018	0.0006	6.42		0.54		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.6282</b>	<b>3.2884</b>	<b>17.9479</b>	<b>112.225</b>	<b>18.244</b>	<b>28.428</b>	<b>1.1237</b>	<b>0.11894</b>	<b>0.07655</b>	<b>6.42</b>	<b>0.9757</b>	<b>28.641</b>	<b>59.916</b>	
Гуляш из птицы с соусом белым основным 50/50 гр. Рец.293,381 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	100																
Куры		100.00	60.00	21.84	22.08		285.6	2.16	19.2	1.92	0.084	0.18	0.0864	2.16	21.6	198	
Лук репчатый		15.40	13.00	0.2156	0.0308	1.4014	6.468	1.54	4.774	0.1232	0.0077	0.00308					
Масло сливочное		2.00	2.00	0.01	1.65	0.016	2.96		0.24	0.004	0.002	0.0024	0.01306	0.02	0.008	0.38	
Морковь		18.50	15.00	0.2405	0.0185	1.2765	5.92	0.925	4.995	0.1295	0.0111	0.01295			7.03	10.175	
Мука высший сорт		1.80	1.80	0.1854	0.0198	1.2708	6.012		0.324	0.0216	0.00306	0.00072		0.027	0.288	1.548	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>22.4915</b>	<b>23.7991</b>	<b>3.9647</b>	<b>306.96</b>	<b>4.625</b>	<b>29.533</b>	<b>2.1983</b>	<b>0.10786</b>	<b>0.19915</b>	<b>0.09946</b>	<b>2.207</b>	<b>28.926</b>	<b>210.103</b>	
Гречка отварная 100 гр. Рец. Табл. 1 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	100																
Гречка		33.40	33.40	4.4422	1.1356	23.881	114.562		6.012	0.7348	0.033734	0.14195			77.154	115.898	
Масло сливочное		3.00	3.00	0.015	2.475	0.024	4.44		0.36	0.006	0.003	0.0036	0.01959	0.03	0.012	0.57	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>4.4572</b>	<b>3.6106</b>	<b>23.905</b>	<b>119.002</b>		<b>6.372</b>	<b>0.7408</b>	<b>0.036734</b>	<b>0.14555</b>	<b>0.01959</b>	<b>0.03</b>	<b>77.166</b>	<b>116.468</b>	
Компот из свежих плодов 180 гр. Рец. 390 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03							
Яблоко		25.00	25.00	0.1	0.1	2.45	11.1	2.5	4		0.0075	0.005			0.55		
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.1</b>	<b>0.1</b>	<b>12.43</b>	<b>51</b>	<b>2.5</b>	<b>4.3</b>	<b>0.03</b>	<b>0.0075</b>	<b>0.005</b>			<b>0.55</b>		
Хлеб ржаной 38 гр.	30																
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>	
Хлеб пшеничный 20 гр.	20																
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6	
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.52</b>	<b>0.18</b>	<b>9.9</b>	<b>54</b>	<b>0.04</b>	<b>27.6</b>	<b>0.704</b>	<b>0.0942</b>	<b>0.054</b>		<b>0.038</b>	<b>9.2</b>	<b>30.6</b>	
<b>Полдник</b>																	
Булочка творожная 70 гр Рец. 475 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	70																
Творог		13.00	13.00	21.84	22.08		285.6	2.16	19.2	1.92	0.084	0.18	0.0864	2.16	21.6	198	
Молоко 3,2%		8.00	8.00	0.2156	0.0308	1.4014	6.468	1.54	4.774	0.1232	0.0077	0.00308					
Масло сливочное		2.00	2.00	0.01	1.65	0.016	2.96		0.24	0.004	0.002	0.0024	0.01306	0.02	0.008	0.38	
Яйца		4.00	4.00	0.2405	0.0185	1.2765	5.92	0.925	4.995	0.1295	0.0111	0.01295			7.03	10.175	





Капуста белокочанная		80.00	52.00	5.183	0.577	13.5590	80.8	178.1	138.5	1.731	0.08650	0.20190		0.2885	46.2	89.436
Морковь		10.00	7.50	0.1885	0.0145	1.0005	4.64	0.725	3.915	0.1015	0.0087	0.01015			5.51	7.975
Масло растительное		4.00	4.00		3.96		35.96							1.76		
Сахар		2.00	2.00					1.996	7.98		0.06	0.006				
<b>Итого по блюду:</b>				<b>0.52</b>	<b>0.065</b>	<b>1.105</b>	<b>8.45</b>	<b>3.25</b>	<b>14.95</b>	<b>0.39</b>	<b>0.013</b>	<b>0.013</b>		<b>0.065</b>	<b>9.1</b>	<b>15.6</b>
<b>Суп с вермишелью на мясном бульоне 200 гр. Рец. 88 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>200</b>															
Вермишель		5.00	5.00	0.64	0.08	3.735	18.55									
Картофель		53.30	40.00	1.066	0.2132	8.6879	41.041	10.66	5.33	0.4797	0.06396	0.03731		0.0533	12.259	30.914
Лук репчатый		17.00	16.00	0.238	0.034	1.547	7.14	1.7	5.27	0.136	0.0085	0.0034				
Масло растительное		2.00	2.00		1.98		17.98							0.88		
Морковь		22.00	21.00	0.286	0.022	1.518	7.04	1.1	5.94	0.154	0.0132	0.0154			8.36	12.1
Курица		25.00	10.00	21.84	22.08		285.6	2.16	19.2	1.92	0.084	0.18	0.0864	2.16	21.6	198
<b>Итого по блюду:</b>				<b>2.865</b>	<b>2.9042</b>	<b>15.5229</b>	<b>99.601</b>	<b>13.46</b>	<b>19.29</b>	<b>0.8947</b>	<b>0.08916</b>	<b>0.07811</b>		<b>0.9633</b>	<b>21.219</b>	<b>52.614</b>
<b>Рагу овощное с курицей 200 гр. Рец. 489 СРБ для детей в ДОО Лапшиной В.Т. 2004</b>	<b>200</b>															
Курица		67.20	67.20	21.84	22.08		285.6	2.16	19.2	1.92	0.084	0.18	0.0864	2.16	21.6	198
Картофель		35.20	26.40	1.066	0.2132	8.6879	41.041	10.66	5.33	0.4797	0.06396	0.03731		0.0533	12.259	30.914
Морковь		39.00	26.00	0.286	0.022	1.518	7.04	1.1	5.94	0.154	0.0132	0.0154			8.36	12.1
Лук репчатый		20.00	16.00	0.238	0.034	1.547	7.14	1.7	5.27	0.136	0.0085	0.0034				
Масло растительное		4.80	4.80		1.98		17.98							0.88		
Масло сливочное		2.60	2.60	0.035	5.775	0.056	10.36		0.84	0.014	0.007	0.0084	0.04571	0.07	0.028	1.33
Капуста		41.00	33.00	5.183	0.577	13.5590	80.8	178.1	138.5	1.731	0.08650	0.20190		0.2885	46.2	89.436
Мука		2.00	2.00	1.80	1.80	0.1854	0.0198	1.2708	6.012		0.324	0.0216	0.00306	0.00072		0.027
<b>Итого по блюду:</b>				<b>30.4480</b>	<b>32.4812</b>	<b>25.5533</b>	<b>449.9628</b>	<b>195.0028</b>	<b>181.0760</b>	<b>4.4347</b>	<b>0.5872</b>	<b>0.4680</b>	<b>0.1352</b>	<b>3.4525</b>	<b>88.4070</b>	<b>331.8070</b>
<b>Компот из сухофруктов 180 гр. Рец. 394 СРБ для детей в ДОО Тутельян В.А. 2015</b>	<b>180</b>															
Сахар		10.00	10.00			9.98	39.9		0.3	0.03						
Сухофрукты		16.50	16.50			2.475	6.6	0.33	18.315		0.0033	0.0066			0.99	
<b>Итого по блюду:</b>						<b>12.455</b>	<b>46.5</b>	<b>0.33</b>	<b>18.615</b>	<b>0.03</b>	<b>0.0033</b>	<b>0.0066</b>			<b>0.99</b>	
<b>Хлеб ржаной 38 гр.</b>																
Хлеб ржаной		30.00	30.00	3.154	0.57	18.278	98.42	0.152	27.74	1.0754	0.16378	0.1273		0.1254	15.2	47.5
<b>Итого по блюду:</b>				<b>3.154</b>	<b>0.57</b>	<b>18.278</b>	<b>98.42</b>	<b>0.152</b>	<b>27.74</b>	<b>1.0754</b>	<b>0.16378</b>	<b>0.1273</b>		<b>0.1254</b>	<b>15.2</b>	<b>47.5</b>
<b>Хлеб пшеничный 20 гр.</b>																
Хлеб пшеничный		20.00	20.00	1.52	0.18	9.9	54	0.04	27.6	0.704	0.0942	0.054		0.038	9.2	30.6
<b>Итого по блюду:</b>				<b>1.52</b>	<b>0.18</b>	<b>9.9</b>	<b>54</b>	<b>0.04</b>	<b>27.6</b>	<b>0.704</b>	<b>0.0942</b>	<b>0.054</b>		<b>0.038</b>	<b>9.2</b>	<b>30.6</b>
<b>Полдник</b>																
<b>Оладьи (без яиц) с повидлом 100/10 гр. Рец. 432 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015</b>	<b>100/10</b>															
Мука пшеничная в/с		34.00	68.00	1.80	1.80	0.1854	0.0198	1.2708	6.012		0.324	0.0216	0.00306	0.00072		0.027
Молоко		34.00	68.00	3.19	3.52	5.17	66	1.43	132	0.11	0.044	0.165			15.4	99
Дрожжи		1.00	2.00	12.540	1.485	81.675	445.5	0.330	227.70	5.8080	0.77715	4.3313		0.3135	75.90	252.00
Соль		0.60	1.00						3.6	0.199						
Сахар-песок		1.00	2.00					1.996	7.98		0.06	0.006				
Масло растительное		6.00	6.00		1.98		17.98							0.88		
Повидло		10.00	10.00	1.066	0.2132	8.6879	41.041	10.66	5.33	0.4797	0.06396	0.03731		0.0533	12.259	30.914
<b>Итого по блюду:</b>				<b>18.5960</b>	<b>8.9982</b>	<b>95.7183</b>	<b>570.5408</b>	<b>15.6868</b>	<b>382.6220</b>	<b>6.5962</b>	<b>1.2691</b>	<b>4.5612</b>	<b>0.0031</b>	<b>1.2475</b>	<b>103.5590</b>	<b>381.9410</b>

Кисель 180 гр. Рец. 396 СРБ для детей в ДОО Тутельян В. А. 2015	180																	
Сахар		10.00	10.00			11.976	47.88			0.36	0.036							
Кисель-концентрат		22.00	22.00															
<b>Итого по блюду:</b>						<b>11.9760</b>	<b>47.8800</b>			<b>0.3600</b>	<b>0.0360</b>							
<b>На день</b>																		
Соль йодированная 5 гр.	5																	
Соль		5.00	5.00							18.4	0.145							
<b>Итого по блюду:</b>										<b>18.4</b>	<b>0.145</b>							

**Накопительная ведомость за 10 дней:**

**Зензеватка от 1,5-7 лет**

Наименования продуктов	Пн	Вт	Ср	Чт	Пт	2 Пн	2 Вт	2 Ср	2 Чт	2 Пт	Фактически за 1 день средняя	Рекомендуемые нормы по СанПин	Отклонения от норм СанПин в %
Молоко, кисломолочные напитки	301.50	163.00	215.00	245.00	287.20	215.00	153.00	295.20	223.00	245.00	234.29	450.00	75%
Творог									13.00		1.30	40.00	75%
Сметана		6.00		6.00			5.00	5.00	6.00		2.80	11.00	75%
Сыр				12.00					12.00		2.40	6.00	80%
Мясо		55.00	42.00			55.50					15.25	55.00	77%
Птица	105.00	20.00		75.00	132.00	20.00	107.00	126.00	100.00	92.20	77.72	24.00	80%
Рыба											0.00	37.00	75%
Яйцо	0.00		0.00	0.00	0.00		0.00		0.00	0.00	0.00	исключено	0%
Картофель	50.00	221.30	114.50	80.00	255.50	120.00	80.00	228.20	74.40	88.50	131.24	140.00	77%
Овощи, зелень	131.10	202.20	151.50	453.50	120.40	153.00	154.50	129.00	160.20	235.00	189.04	260.00	75%
Фрукты свежие кроме цитрусовых	25.00	100.00	105.00		5.50	48.80	100.00			100.00	48.43	100.00	76%
Фрукты сухие		16.50	16.50		16.50					16.50	6.60	11.00	75%
Сок												исключено	0%
Хлеб ржаной	38.00	38.00	38.00	38.00	38.00	38.00	38.00	38.00	38.00	38.00	38.00	50.00	76%
Хлеб пшеничный	53.00	20.00	73.00	53.00	53.00	67.00	75.80	53.00	53.00	53.00	55.38	80.00	77%
Крупы	67.00	20.00	105.00		20.00	20.00		27.00	56.40	25.00	34.04	43.00	85%
Макаронные изделия (из твёрдых сортов)	5.00					61.00	20.00			5.00	9.10	12.00	75%
Мука высший сорт	56.50	55.90	29.00	43.60	11.80	32.00	41.60		30.00	36.00	33.64	29.00	80%
Масло сливочное	14.70	8.00	18.00	8.00	14.90	16.00	13.00	12.90	12.00	12.60	13.01	21.00	75%
Масло растительное	7.00	8.00	12.00	12.00	3.00	16.00	8.00	6.00	5.00	16.80	9.38	11.00	75%
Кондитерские изделия (без яиц)		60.00			90.00			90.00			24.00	20.00	75%
Чай	1.00	1.00	2.50	1.00	1.00	1.00	1.00	1.00	1.50		1.10	0.60	75%
Какао-порошок												исключено	0%
Кофейный напиток												исключено	0%
Сахар	42.00	41.80	44.50	48.50	45.00	34.70	75.80	42.20	45.50	38.00	45.80	47.00	85%
Дрожжи	1.60	0.20	0.50			0.20				1.00	0.35	0.50	76%
Соль	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	5.00	6.00	83%
Белки	47.66	72.34	52.28	63.93	55.00	56.66	62.92	44.92	61.41	57.56	57.47	54.00	
Жиры	43.96	61.61	48.67	56.93	62.66	50.14	69.22	48.98	59.54	50.84	55.25	60.00	
<b>Калорийность</b>	<b>1,302.98</b>	<b>1,790.79</b>	<b>1,332.05</b>	<b>1,623.06</b>	<b>1,712.25</b>	<b>1,436.97</b>	<b>1,660.67</b>	<b>1,576.23</b>	<b>1,574.87</b>	<b>1,420.25</b>	<b>1,543.01</b>	<b>1800.00</b>	

Углеводы	198.61	235.85	193.50	230.56	259.24	205.13	204.41	242.52	217.06	195.89	218.28	<b>261.00</b>
----------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	--------	---------------

**Примечание:**

\* Для воспитанников ДОУ с 10 часовым пребыванием рацион составляет 80% от суточной нормы. Допускаются отклонения от нормы  $\pm 5\%$



