УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ Большебабинской СШ
От 10.01.2024 г № 17

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ДОШКОЛЬНОЙ СТУПЕНИ ОБРАЗОВАНИЯ МБОУ БОЛЬШЕБАБИНСКОЙ СШ АЛЕКСЕЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО РАЙОНА ВОЛГОГРАДСКОЙ ОБЛАСТИ

1-й день

Наименование продуктов питания		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка	Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
Номер рецепта Наименован. продукта Масса порции		*№ 04002* *Каша овсяная молочная* *200\5*	*№ 442* *Сок* *150*	*№ 02001* *Борщ с капустой ,с картошкой,со сметаной* *250/5*	*№ 10011* *Кисель* *180*	в граммах		
		№ 10020 *Какао с молоком 180*	*№ 11001* *Банан 90*	*Гуляша 70*	*№ 434* *Печенье30*			
		№ 13003 *Хлеб 35*		*№ 03005* *Овощное рагу 150*				
		№ 09002 *Масло сливочное н/с 5*		*№ 01009* *Салат из св. огурца 60*				
				№ 13003 Хлеб 35				
				№ 10030 Чай с лимон 180				
Всего к/калорий в день		377,13	130,55	546,93	148,2			1202,81
Мясо	Мясо говядина			0,063		45 65	0,063	
	Мясо птицы					20		
Рыба	Рыба св. – филе					29		
	Рыбн конс Сайра							
Масло сливочное н/соленое		1)0,005+0,005		1)0,005+2)0,003+гарн0,002		20	0,020	
Масло растительное				1)0,005+2)0,003		8	0,008	
Творог						30		
Сыр						5		
Сметана				1)0,005		8	0,005	
Молоко и м/к продукты	Молоко	1)0,156+0,180				200	0,336	
	Йогурт					137 337		
	Снежок							
Сок			0, 150			75	0,150	
Яйцо куриное						0,45шт-18гр		
Мука пшеничная				2)0,002		22	0,002	
Макарон. изделия	Макар. изд.					9		
	Вермишель							
Крупы	Крупа овсяная -геркулес	0,036					0,036	
	Крупа ячневая							
	Крупа гречневая					32		
	Крупа манная							
	Рис							
	Пшено							
	Горох							

Кисель сухой								
Сухофрукты								
Соль		0,001			0,016	2,3	0,016	
Сахар		1)0,006+)0,009		0,001+0,001+0,001		8		
Кондитерские изделия	Повидло			2)0,001+0,009	0,009	4,5	0,004	
	Вафли					35	0,034	
	Печенье							
	Конфеты				0,030	15		
Фрукты	Яблоко						0,030	
	Апельсин							
	Мандарин							
	Груша							
	Банан							
	Лимон		0,0 90			86		
Картофель				0,007			0,090	
Овощи	Капуста			1)0,029+2)0,043			0,007	
	Морковь			1)0,025+2)0,016		14 0 - 175	0,072	
	Лук			1)0,013 2)0,007+0,041			0,041	
	Свекла			1)0,012+2)0,007+0,036			0,063	
	Перец Болгарск			1)0,050			0,055	
	Огурцы консер						0,050	
	Огурцы свежие					243		
	Помидоры свеж			0,060			0,060	
	Зелен. горошек							
	Томатная таста			2)0,019			0,019	
	Чеснок			1)0,003+2)0,004			0,007	
Чай								
Кокао		0,002		0,001		0,15	0,001	
Дрожжи						0,45	0,002	
Лимонная кислота						0,37		
Хлеб и х/б изел	Хлеб пшеничн	0,035		0,035			0,070	
	Булочка сдобная					100		
	Пирог сдобный							

2- й день

Наименование продуктов питания		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка		Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
Номер рецепта Наименован. продукта Масса порции		*№ 04019 Каша манная молочная 200\5*	*№ 5 Груша 85*	*№ 02014 Суп с мясом птицы вермишелевый 250*	*№ 135 Блинчики с повидлом 100*	в граммах			
		№ 10031 Чай с сахаром 180		*№ 292 Фрикаделька 70*	*№ 435 Снежок 180*				
		№ 13003 Хлеб 35		*№ 08007 Капуста тушеная 150*					
		№ 09002 Масло сливочное н/с 5		*№ 01009 Салат из св. помидоров с раст маслом 60*					
				№ 13003 Хлеб 35					
				№ 10009 Компот 180					
Всего к/калорий в день		341,75	15,98	531,66	254,71				1144,10
Мясо	Мясо говядина			2)0,063		45	65	0,063	
	Мясо птицы			1)0,025		20		0,025	
Рыба	Рыба св. – филе					29			
	Рыбн конс Сайра								
Масло сливочное н/соленое		1)0,005+0,005		1)0,012 2)0,003+0,008	0,005	20		0,033	
Масло растительное				сал0,002		8		0,002	
Творог						30			
Сыр						5			
Сметана						8			
Молоко и м/к продукты	Молоко	0,101			0,037	200		0,138	
	Йогурт					137	337		
	Снежок				0,180			0,180	
Сок						75			
Яйцо куриное						0,45шт-18гр			
Мука пшеничная				2)0,003	0,020	22		0,003	
Макарон. изделия	Макар. изд.					9			
	Вермишель			1)0,020				0,020	
Крупы	Кр овсяная -геркулес								
	Крупа ячневая								
	Крупа гречневая					32		0,031	
	Крупа манная	0,031							
	Рис								
	Пшено								
	Горох								

2-й

исель сухой								
ухофрукты						2,3		
оль		1)0,001		0,030		8	0,030	
ахар		1)0,005+ 0,009		1)0,001+2)0,001,сал0,001	0,001	4,5	0,004	
ондитерские	Повидло			2)0,003.3)0,009	0,005	35	0,026	
делия	Вафли				0,030		0,030	
	Печенье					15		
	Конфеты							
Фрукты	Яблоко							
	Апельсин							
	Мандарин							
	Груша		0,085					
	Банан					86	0,085	
	Лимон							
артофель								
Овощи	Капуста			1)0,072		14 0 - 175	0,072	
	Морковь			2)0,188			0,188	
	Лук			1)0,013+ 2)0,0019			0,032	
	Свекла			1)0,012+ 2)0,0012,сал0,005			0,029	
	Перец Болгарск							
	Огурцы консер							
	Огурцы свежие					243		
	Помидоры свеж							
	Зелен. горошек			сал)0,062			0,062	
	Томатная таста							
	Чеснок			2)0,003			0,003	
ай		0,001						
окао						0,45	0,001	
рожжи						0,45		
имонная кислота						0,37		
Хлеб и х/б издел	Хлеб пшеничн	0,035		0,035				
	Булочка сдобная						0,070	
	Пирог сдобный					100		

3-й день

Наименование продуктов питания		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка		Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
Номер рецепта Наименован. продукта Масса порции		*№ 189* *Каша пшенная молочная* *200\5*	*№ 11001* *Яблоко* *85*	*№ 02017* *Суп рыбный с консервой «Сайра» 250*	*№ 12006* *Пирожок* *60*	в граммах			
		№ 10030 *Чай с лимоном 180*		*№ 239* *Котлета 60*	*№ 435* *Йогурт 180*				
		№ 13003 *Хлеб 35*		*№ 03005* *Овощное рагу 150*					
		№ 09002 *Масло сливочное н/с 5*		*№ 01010* *Салат из свеклы 60*					
				№ 13003 Хлеб 35					
				№ 10031 *Чай с сахаром № 180*					
Всего к/калорий в день		378,22	37,6	587,71	187,04				1190,51
Мясо	Мясо говядина			2)0,047		45	65	0,047	
	Мясо птицы					20			
Рыба	Рыба св. – филе					29			
	Рыбн конс Сайра			1)0,040				0,040	
Масло сливочное н/соленое		1)0,005+0,005		1)0,003 2)0,002		20		0,015	
Масло растительное				2)0,004+ 0,003+ сал0,002		8		0,009	
Творог						30			
Сыр						5			
Сметана						8			
Молоко и м/к продукты	Молоко	0,150				200		0,150	
	Йогурт				0,180	137	337	0,180	
	Снежок								
Сок						75			
Яйцо куриное						0,45шт-18гр			
Мука пшеничная				2)0,009+2)0,002		22		0,011	
Макарон. изделия	Макар. изд.					9			
	Вермишель								
Крупы	Кр овсяная -геркулес					32			
	Крупа ячневая								
	Крупа гречневая								
	Крупа манная								
	Рис			1)0,010				0,010	
	Пшено	0,030						0,030	
	Горох								

Кисель сухой						**2,3**	
Сухофрукты						**8**	
Соль		**1)0,001**		**1)0,001+2)0,001,сал0,001**		**4,5**	0,004
Сахар		**1)0,005+ 0,009**		**2)0,001 0,009**		**35**	**0,024**
Кондитерские изделия	Повидло					**15**	
	Вафли						
	Печенье						
	Конфеты						
Фрукты	Яблоко		**0,085**			**86**	**0,085**
	Апельсин						
	Мандарин						
	Груша						
	Банан						
	Лимон	**0,007**					**0,007**
Картофель				**1)0,100+ 2)0,043**		**14 0 - 175**	0,143
Овощи	Капуста			**2)0,016**		**243**	**0,016**
	Морковь			**1)0,020+ 2)0,0043**			**0,063**
	Лук			**1)0,013+ 2)0,0035**			**0,048**
	Свекла			**Сал 0,036**			**0,036**
	Перец Болгарск						
	Огурцы консер						
	Огурцы свежие						
	Помидоры свеж						
	Зелен. горошек						
	Томатная таста			**2)0,004**			**0,004**
	Чеснок						
Чай		**0,001**		**0,001**		**0,45**	0,002
Кокао						**0,45**	
Дрожжи						**0,37**	
Лимонная кислота							
Хлеб и х/б изел	**Хлеб пшеничн**	**0,035**		**0,035**		**100**	0,070
	Булочка сдобная						
	Пирог сдобный				**0,060**		**0,060**

4 –й день

Наименование продуктов питания		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка	Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
Номер рецепта Наименован. продукта Масса порции		*№04024 Каша гречневая 200/5*	*№ 11001 Банан 90*	*№ 95 Суп из овощей с мясом птицы со сметаной 250/5*	*№ 06008 Вареники с творогом со сметаной 100/5*	в граммах		
		№ 10020 Какао 180		*№ 04022 Плов из риса с мясом150*	*№ 10031 Чай с сахар180*			
		№ 13003 Хлеб 35		*№ 01008 Салат с капустой ,с огурцами, морковью и раст маслом 60*	*№434 Печенье 30*			
		№ 09002 Масло слив н/с 5		*№ 10011 Хлеб 35*				
				№ 442 Сок 180				
Всего к/калорий в день		396,58	76,8	523,6	353,42			1350,41
Мясо	Мясо говядина			2)0,060		45 65	0,060	
	Мясо птицы			0,025		20	0,025	
Рыба	Рыба св. – филе					29		
	Рыбн конс Сайра							
Масло сливочное н/соленое		0,005+ 0,005		1)0,008 2)0,006		20	0,024	
Масло растительное				2)0,005 сал0,002		8	0,007	
Творог					0,076	30	0,076	
Сыр						5		
Сметана				1)0,013	0,010	8	0,023	
Молоко и м/к продукты	Молоко	0,160+ 0,180				200	0,340	
	Йогурт					137 337		
	Снежок							
Сок				0,180		75	0,180	
Яйцо куриное					0,2шт	0,45шт-18гр	0,2шт	
Мука пшеничная					0,050	22	0,050	
Макарон. изделия	Макар. изд.					9		
	Вермишель							
Крупы	Кр овсяная -геркулес					32		
	Крупа ячневая							
	Крупа гречневая	0,033					0,033	
	Крупа манная							
	Рис			2)0,053			0,053	
	Пшено							
	Горох фасоль							

Кисель сухой						2,3	
Сухофрукты						8	
Соль		1)0,001		1)0,001+2)0,001,сал0,001	0,001	4,5	0,005
Сахар		1) 0,006 + 0,009			0,005+ 0,009	35	0,029
Кондитерские изделия	Повидло					15	
	Вафли						
	Печенье				0,030		0,030
	Конфеты						
Фрукты	Яблоко					86	
	Апельсин						
	Мандарин						
	Груша						
	Банан		0,090				0,090
	Лимон						
Картофель				1)0,125		14 0 - 175	0,125
Овощи	Капуста			1)0,038 сал 0,042		243	0,080
	Морковь			1)0,019 2)0,018 сал0,013			0,050
	Лук			1)0,018 2) 0,010			0,028
	Свекла						0,050
	Перец Болгарск						
	Огурцы консер						
	Огурцы свежие			сал0,028			0,028
	Помидоры свеж						
	Зелен. горошек			0,018			0,018
	Томатная таста						
	Чеснок						
Чай					0,001	0,45	0,001
Кокао		0,002				0,45	0,002
Дрожжи						0,37	
Лимонная кислота							
Хлеб и х/б изел	Хлеб пшеничн	0,035		0,035		100	0,070
	Булочка сдобная						
	Пирог сдобный						

5-й день

менование продуктов ания		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка	Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
ер рецепта менован. продукта са порции		*№ 04021 Каша рисовая молочная 200/5*	*№ 11001 Мандарин 70*	гороховый *№ 02006 Рассольник домашний со сметаной 250/10*	*№13008 Булочка сдобн60*	в граммах		
		№ 10033 Чай с молоком 180		*№ 07041 Тефтели с рисом 70*	*№ 435 Снежок 180*			
		№ 13003 Хлеб 35		*№08005 Картофельное пюре 150*				
		№ 14 Сыр 20		*№ 01072 Салат из огурцов со сладким перцем 60*				
				№ 10011 Хлеб 35				
				№ 435 Кисель 180				
го к/калорий в день		351,87	34,4	569,55	245,4			1201,22
со	Мясо говядина			2)0,050		45 65	0,050	
	Мясо птицы					20		
ба	Рыба св. – филе					29		
	Рыбн конс Сайра							
сло сливочное н/соленое		0,005		1)0,005 2)0,008		20	0,018	
сло растительное				1)0,005 сал0,004		8	0,009	
орог						30		
ир		0,020				5	0,020	
етана				0,005		8	0,005	
олоко и м/к одукты	Молоко	0,164+ 0,045		0,023		200	0,232	
	Йогурт					137 337		
	Снежок				0,180		0,180	
ок						75		
йцо куриное						0,45шт-18гр		
ука пшеничная						22		
акарон. делия	Макар. изд.					9		
	Вермишель							
Крупы	Кр овсяная -геркулес					32		
	Крупа ячневая							
	Крупа гречневая							
	Крупа манная							
	Рис	0,044		0,006			0,050	
	Пшено							
	Горох							

Кисель сухой							
Сухофрукты				0,016		2,3	0,016
Соль		1)0,001				8	
Сахар		1)0,006+ 0,009		1)0,001+2)0,001,сал0,001		4,5	0,004
Кондитерские изделия	Повидло			0,009		35	0,025
	Вафли						
	Печенье					15	
	Конфеты						
Фрукты	Яблоко						
	Апельсин						
	Мандарин						
	Груша		0,070				
	Банан					86	0,070
	Лимон						
Картофель							
Овощи	Капуста			1)0,107 2)0,119		14 0 - 175	0,226
	Морковь			1)0,025			0,025
	Лук			1)0,013			0,013
	Свекла			1)0,012			0,012
	Перец Болгарск						
	Огурцы консер			0,010			0,010
	Огурцы свежие			1)0,017		243	0,017
	Помидоры свеж			0,052			0,052
	Зелен. горошек						
	Томатная таста						
	Чеснок						
Чай		0,001					
Кокао							
Дрожжи						0,45	0,001
Лимонная кислота						0,45	
Хлеб и х/б изд	Хлеб пшеничн	0,035				0,37	
	Булочка сдобная			0,035			
	Пирог сдобный				0,060	100	0,070
							0,060

0,016
0,004
0,025
0,070
),226
),025
),013
),012
,010
,017
,052
,01
,70
,50

6-й день

менование продуктов ания		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка		Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
ер рецепта менован. продукта са порции		*№ 04021 Каша ячневая 200/5*	*№ 5 Груша 85*	*№ 02015 Суп крестьянский (пшено) со сметаной 250/5*	*№04026 Пудинг манный*	в граммах			
		№ 10031 Чай с сахаром 180	*№ 442 Сок150*	*№ 07002 Рыба туш с овощами 100*	*№ 435 Снежок 180*				
		№ 13003 Хлеб 35		*№ Гречка рассыпчатая 100*					
		№ 09002 Масло сливочное н/с 5		*№ 01039 Салат «Винегрет» 60*					
				№ 10011 Хлеб 35					
				№ 10033 Чай с молоком 180/45					
го к/калорий в день		509,11	69,73	572,23	419,5				1570,57
го	Мясо говядина					45	65		
	Мясо птицы					20			
ба	Рыба св. – филе			0,100		29		0,100	
	Рыбн конс Сайра								
асло сливочное н/соленое		0,005		2) гарн0,008	0,005	20		0,023	
асло растительное				1)0,005 2)0,008сал0,002		8		0,015	
орог						30			
ыр						5			
етана				0,005	0,005	8		0,010	
олоко и м/к одукты	Молоко	0,095		3) 0,045	0,038	200		0,178	
	Йогурт					137	337		
	Снежок				0,180			0,180	
ок			0,150			75		0,150	
йцо куриное					0,5шт	0,45шт-18гр		0,5шт	
ука пшеничная						22			
акарон. делия	Макар. изд.					9			
	Вермишель								
Крупы	Кр овсяная -геркулес					32			
	Крупа ячневая	0,045						0,045	
	Крупа гречневая			0,033				0,033	
	Крупа манная				0,038			0,038	
	Рис								
	Пшено			0,010				0,010	
	Горох								

Кисель сухой							
Сухофрукты						2,3	
Соль		1)0,001				8	
Сахар		1)0,002+ 0,009		1)0,001+2)0,001,сал0,001	0,001	4,5	0,005
Кондитерские изделия	Повидло			2)0,002 0,009	0,010	35	0,022
	Вафли						
	Печенье					15	
	Конфеты						
Фрукты	Яблоко						
	Апельсин						
	Мандарин						
	Груша						
	Банан		0,085			86	0,085
	Лимон						
Картофель							
Овощи	Капуста			1)0,029 *сал* 0,018		14 0 - 175	0,037
	Морковь			1)0,050			0,050
	Лук			1)0,016 2)0,018 сал0,008			0,042
	Свекла			1)0,012 2)0,010 сал0,011			0,033
	Перец Болгарск			сал0,012			0,012
	Огурцы консер						
	Огурцы свежие			сал)0,011		243	0,011
	Помидоры свеж						
	Зелен. горошек						
	Томатная паста			0,014			0,014
	Чеснок			0,003			0,003
Чай		0,001					
Кокао				0,001		0,45	0,002
Дрожжи						0,45	
Лимонная кислота						0,37	
Хлеб и х/б изд.	Хлеб пшеничн	0,035					
	Булочка сдобная			0,035			0,070
	Пирог сдобный					100	

0,005
0,022
0,085
0,037
0,050
0,042
0,033
0,012
0,011
0,014
0,003
0,002
0,070

7 –й день

менование продуктов ния		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка	Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
ер рецепта менован. продукта са порции		*№ 05001 Омлет натуральный 150*	*№ 11001 Яблоко 85*	*№ 02006 Борщ сибирский со сметаной 250/5*	*№ 02017 Суп рыбный 250*	в граммах		
		№ 10033 Чай с молоком 180/45		*№ 239 Котлета 60*	*№ 10030 Чай с лимон180*			
		№ 13003 Хлеб 35		*№08005 Картофельное пюре 150*	*№433 Вафли 25*			
		№ 14 Сыр 20		*№ 01008 Салат с капустой ,с огурцами, морковью и раст маслом 60*				
				№ 10011 Хлеб 35				
				№ 10009 Компот 180				
то к/калорий в день		375,4	37,6	631,61	277,06			1321,75
со	Мясо говядина			2)0,047		45 65	0,047	
	Мясо птицы					20		
ба	Рыба св. – филе				0,050	29	0,050	
	Рыбн конс Сайра							
сло сливочное н/соленое		0,002		1)0,004 2)0,008	0,003	20	0,017	
сло растительное				2)0,004 сал0,003		8	0,007	
рог						30		
р		0,020				5	0,020	
етана				0,005		8	0,005	
локо и м/к	Молоко	0,045+ 0,045		2)0,023		200	0,113	
дукты	Йогурт					137 337		
	Снежок							
к						75		
ро куриное		2,8шт				0,45шт-18гр	2,8шт	
ка пшеничная				2)0,009		22	0,009	
карон.	Макар. изд.					9		
елия	Вермишель							
	Кр овсяная -геркулес							
	Крупа ячневая							
	Крупа гречневая							
	Крупа манная					32		
	Рис				0,010		0,010	
	Пшено							
	Горох фасоль			0,010			0,010	
сель сухой						2,3		

Сухофрукты							
Соль		1)0,001		0,030		8	0,030
Сахар		0,009		1)0,001+2)0,001,сал0,001	0,001	4,5	0,005
Кондитерские изделия	Повидло			0,009	0,009	35	0,027
	Вафли						
	Печенье				0,025	15	0,025
	Конфеты						
Фрукты	Яблоко		0,085				
	Апельсин						0,085
	Мандарин						
	Груша					86	
	Банан						
	Лимон						
Картофель					0,007		0,007
Овощи	Капуста			1)0,014 2)0,119	0,100	14 0 - 175	0,233
	Морковь			1)0,025 сал 0,042			0,067
	Лук			1)0,013 сал0,013	0,020		0,046
	Свекла			1)0,012	0,013		0,025
	Перец Болгарск			1)0,050			0,050
	Огурцы консер					243	
	Огурцы свежие						0,028
	Помидоры свеж			сал0,028			
	Зелен. горошек						0,003
	Томатная паста						
	Чеснок			0,003			
Чай		0,001			0,001	0,45	0,003
Кокао						0,45	
Дрожжи						0,37	
Лимонная кислота							
Хлеб и х/б изд	Хлеб пшеничн	0,035		0,035		100	0,070
	Булочка сдобная						
	Пирог сдобный						

0,030
0,005
0,027
0,025
0,085
0,007
0,233
0,067
0,046
0,025
0,050
0,028
),003
,003
070

8-й день

менование продуктов ния		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка в граммах		Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
ер рецепта менован. продукта са порции		*№ 06005 Сырники 130*	*№ 11001 Мандарин 70*	*№ 02012 Суп картофельный с бобовыми 250*	*№ 03005 Овощное рагу с мясом птицы 100/50*				
		№ 1002 Какао 180		*№ 07022 Пельмени 100*	*№ 442 Сок 150*				
		№ 13003 Хлеб 35		*№ 010026 Салат из помидоров 60*	*№13008 Булочка сдобн60*				
		№ 09002 Масло сливочное н/с 5		*№ 13003 Хлеб 35*					
				№ 435 Йогурт 180					
о к/калорий в день		488,12	34,4	546,42	454,81				1523,75
с	Мясо говядина			2)0,080		45	65	0,080	
	Мясо птицы				0,050	20		0,050	
а	Рыба св. – филе						29		
	Рыбн конс Сайра								
ло сливочное н/соленое		0,005		1)0,005 2)0,004	0,002	20		0,016	
ло растительное		0,005		*1)* 0,05 сал0,004		8		0,014	
рог		0,131				30		0,131	
о						5			
ана						8			
око и м/к дукты	Молоко	0,180				200		0,180	
	Йогурт			0,180		137	337	0,180	
	Снежок								
о куриное		0,06шт			0,150	75		0,150	
ка пшеничная		0,013		*1)0,011*	0,002	0,45шт-18гр		0,06шт	
карон. лия	Макар. изд.					22		0,026	
	Вермишель					9			
	Кр овсяная -геркулес								
	Крупа ячневая								
	Крупа гречневая								
	Крупа манная								
	Рис					32			
	Пшено								
	Горох			1) 0,020				0,020	

Кисель сухой							
Сухофрукты						2,3	
Соль		1)0,001				8	
Сахар		1)0,008+ 0,009		1)0,001+2)0,001,сал0,001	0,001	4,5	0,005
Кондитерские изделия	Повидло				0,001	35	0,018
	Вафли						
	Печенье					15	
	Конфеты						
Фрукты	Яблоко						
	Апельсин						
	Мандарин		0,070				
	Груша						0,070
	Банан					86	
	Лимон						
Картофель							
Овощи	Капуста			1)0,072	0,043	14 0 - 175	0,115
	Морковь				0,016		0,016
	Лук			1)0,013	0,043		0,056
	Свекла			1)0,012 ;2)12+ сал0,005	0,036		0,065
	Перец Болгарск						
	Огурцы консер						
	Огурцы свежие					243	
	Помидоры свеж						
	Зелен. горошек			0,062			0,062
	Томатная таста				0,019		
	Чеснок				0,004		0,004
Чай							
Кокао		0,002				0,45	
Дрожжи						0,45	0,002
Лимонная кислота						0,37	
Хлеб и х/б изел	Хлеб пшеничн	0,035		0,035			
	Булочка сдобная						0,070
	Пирог сдобный				0,060	100	0,060

9-й день

		1-й завтрак	2-й завтрак	Обед	Полдник	Норма в день на 1 ребенка	Факт-ки в день на 1 ребенка	Всего к/калорий в день
0,005	...енование продуктов ...ния							
0,018	...р рецепта ...менован. продукта ...а порции	*№ 04021 Каша «Дружба» 200/5*	*№ 11001 Апельсин 85*	*№ 02015 Суп картофельный с фрикадельками 250/5*	*№445 Оладьи с джемом 97,5/30*	в граммах		
		№ 10030 Чай с сахаром 180		*№ 07002 Рыба туш с овощами 100*	*№ 10035 Молоко кип 180*			
0,070		*№ 13003 Хлеб 35*		*№08004 Макароны отварные 100*				
		№ 09002 Масло сливочное н/с 5		*№ 01011 Салат из капусты, со сл. перцем, раст маслом 60*				
0,115				*№ 10011 Хлеб 35*				
0,016				*№ 10030 Чай с лимоном180*				
0,056	...о к/калорий в день	279,02	34,4	578,20	440,64			1332,26
0,065	...о Мясо говядина			0,040		45 65	0,040	
	Мясо птицы					20		
	...а Рыба св. – филе			0,100		29	0,100	
	Рыбн конс Сайра							
	...ло сливочное н/соленое	0,005 + 0,005		1)0,005 2) гарн0,008		20	0,023	
0,062	...ло растительное			1)0,005 2)0,005 сал0,002	0,006	8	0,012	
	...рог					30		
0,004						5		
	...тана			1)0,005		8	0,005	
	...око и м/к ...укты Молоко	0,150			1)0,025; 0,180	200	0,355	
0,002	Йогурт					137 337		
	Снежок							
						75		
0,070	...о куриное				0,2шт	0,45шт-18гр	0,2шт	
0,060	...а пшеничная				0,020	22	0,020	
	...арон. Макар. изд.			0,033		9	0,033	
	...лия Вермишель							
	Кр овсяная -геркулес					32		
	Крупа ячневая							
	Крупа гречневая							
	...рупа манная							
	...с	0,020					0,020	
	...шено	0,020					0,020	
	...орох							

Кисель сухой						2,3	
Сухофрукты						8	
Соль		1)0,001		1)0,001+2)0,001,сал0,001	0,001	4,5	0,005
Сахар		1)0,005+ 0,009		2)0,002 0,009	0,009	35	0,034
Кондитерские изделия	Повидло				0,030	15	0,030
	Вафли						
	Печенье						
	Конфеты						
Фрукты	Яблоко					86	
	Апельсин		0,085				0,085
	Мандарин						
	Груша						
	Банан						
	Лимон			0,007			0,007
Картофель				1)0,072		14 0 - 175	0,072
Овощи	Капуста			сал 0,044		243	0,044
	Морковь			1)0,013 2)0,018			0,031
	Лук			1)0,012 2)0,010			0,022
	Свекла						
	Перец Болгарск			0,018			0,018
	Огурцы консер						
	Огурцы свежие			сал 0,013			0,013
	Помидоры свеж						
	Зелен. горошек						
	Томатная паста			2) 0,003			0,003
	Чеснок						
Чай		0,001		0,001		0,45	0,002
Кокао						0,45	
Дрожжи						0,37	
Лимонная кислота							
Хлеб и х/б изд	Хлеб пшеничн	0,035		0,035		100	0,070
	Булочка сдобная						
	Пирог сдобный						