МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №45 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ

Подписано цифровой подписью: МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД КОМБИНИРОВАННОГО ВИДА №45 ГОРОДА СТАВРОПОЛЯ
Дата: 2022.12.09 16:25:31 +03'00'

МЕНЮ

Ясли 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 150	КАКАО С МОЛОКОМ 150	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 130	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 45	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 30	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 130	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 130	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ 130	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 130	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150	КАША ВЯЗКАЯ 130	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 40	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 65	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 45	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 130	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 150	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 80	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКОМ 100
II Завтрак									
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50
Обед									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 150	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 130	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 130	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 150	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 150	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 150	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ, С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 50	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 150
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ 50	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 120	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 50	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 200	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 50	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 50	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ 150	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА 50
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С" 150	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 110	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 110	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 100	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 110
СОУС ТОМАТНЫЙ №348 50	ОВОЩИ квашенные 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 150	СОКИ ФРУКТОВЫЕ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40
ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 150	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 150	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 50	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 20	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 100	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С" 150	ХЛЕБ РЖАНОЙ 40	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 30	РИС ОТВАРНОЙ 110	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150					КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150
Полдник									
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 120	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ 50	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 50	КНЕЛИ РЫБНЫЕ 50	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 75	КАКАО С МОЛОКОМ 150	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 50	КЕФИР 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 120	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 130
КАКАО С МОЛОКОМ 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110	КЕФИР 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 120	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 110	ОЛАДЬИ 65	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15			ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ПОВИДЛО 10	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5			ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5		СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 70	
Ужин									
ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	ЧАЙ С САХАРОМ 130	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 15	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 130	ЧАЙ С САХАРОМ 130	ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ 15	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 130	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 130	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ 15	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 130	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 100

МЕНЮ

Сад 12 часов

1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ 180	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК 180	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 40	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ 150	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 50
КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ 150	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ И СЫРОМ 50	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 85	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 180	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 60	КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ 180	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 50	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 50	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 180
БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ 50	КАКАО С МОЛОКОМ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ 50	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 100	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКОМ 150
							КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННАЯ) 60		
II Завтрак									
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 50
Обед									
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ 180	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 180	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 180
КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ 80	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ 200	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА 120	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ 70	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ 70	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ, С СОУСОМ СМЕТАННЫМ 70/25	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА 70
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 150	СОУС СМЕТАННЫЙ 30	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 130	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ 130	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 120	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) 130
СОУС ТОМАТНЫЙ №348 50	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 40	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50
КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С" 180	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С" 180	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ 200	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ 70	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 25	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 130	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ХЛЕБ РЖАНОЙ 50	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ 40	РИС ОТВАРНОЙ 150	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180					КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180
Полдник									
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ) 110	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 50	КНЕЛИ РЫБНЫЕ 80	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА 90	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА 120	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 70	КЕФИР 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ 150
КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 200/7/3	КЕФИР 180	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ОЛАДЬИ 125	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20			КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 130	ПОВИДЛО 15	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕНЫЕ 80		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5			ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/5		СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 70	
Ужин									
ЧАЙ С САХАРОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ И 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 80
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ЧАЙ С САХАРОМ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150

МБДОУ д/с № 45

1 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2012	396	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	150	0,00	1,9	2,1	14,5	84,5	0,0	0,1	0,0	0,0	0,1	76,8	11,7	55,6	0,2	100,8	1,8	0,0	0,0
2008	183	КАША РИСОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ С ИЗЮМОМ	130	0,00	2,8	3,5	40,7	206,5	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	20,5	22,4	65,7	0,7	145,5	0,5	0,0	0,0
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	0,00	2,3	9,1	15,5	153,4	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	6,9	3,9	21,4	0,3	29,1	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**7,0**	**14,7**	**70,7**	**444,4**	**0,1**	**0,1**	**0,1**	**0,2**	**0,1**	**104,2**	**38,0**	**142,7**	**1,2**	**275,3**	**2,3**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,3	20,7	0,0	4,4	0,0	0,0	0,0	7,0	3,5	4,8	1,0	122,3	0,9	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,3**	**20,7**	**0,0**	**4,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,0**	**3,5**	**4,8**	**1,0**	**122,3**	**0,9**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	0,00	2,3	2,9	8,8	71,3	0,1	3,7	0,2	0,0	0,0	26,9	17,6	55,5	0,8	267,3	1,9	0,0	0,0
2012	282	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	50	21,75	10,0	10,2	6,9	159,4	0,0	0,4	0,0	0,1	0,1	21,1	14,6	102,2	1,5	201,0	5,3	0,0	0,0
2012	313	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	0,00	4,5	4,1	20,1	135,3	0,1	0,0	0,0	0,1	0,1	6,9	65,3	97,9	2,3	138,5	1,2	0,0	0,0
2012	348	СОУС ТОМАТНЫЙ №348	50	0,00	0,4	1,0	1,6	17,0	0,0	0,7	0,0	0,0	0,0	7,8	4,0	6,9	0,2	47,8	0,2	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
2008	411	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,0	0,0	21,6	86,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	8,7	1,4	3,2	0,0	0,7	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**21,75**	**19,8**	**18,6**	**76,0**	**551,2**	**0,3**	**4,8**	**0,2**	**0,2**	**0,2**	**78,6**	**110,6**	**300,5**	**6,3**	**709,7**	**10,8**	**0,1**	**0,0**
Полдник																					
2012		ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (ОТВАРНЫЕ)	120	0,00	13,7	10,8	19,5	235,5	0,0	0,1	0,1	0,2	0,2	105,1	15,2	139,1	0,5	106,6	1,9	0,0	0,0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,00	2,8	2,3	14,0	88,6	0,0	0,5	0,0	0,0	0,1	95,8	14,5	70,7	0,3	147,0	8,1	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**16,5**	**13,1**	**33,5**	**324,1**	**0,1**	**0,6**	**0,1**	**0,2**	**0,3**	**200,8**	**29,7**	**209,8**	**0,8**	**253,6**	**10,0**	**0,0**	**0,0**
Ужин																					
2012	391	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,00	0,1	0,0	9,9	39,9	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	9,0	3,4	3,7	0,4	13,2	0,0	0,0	0,0
к/к	к/к	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**1,2**	**0,1**	**17,4**	**75,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**12,4**	**8,4**	**16,3**	**0,7**	**32,5**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**21,75**	**44,7**	**46,7**	**201,9**	**1415,8**	**0,5**	**9,9**	**0,4**	**0,6**	**0,6**	**403,1**	**190,2**	**674,2**	**10,0**	**1393,4**	**24,0**	**0,1**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**1,0**	**4,5**														

2 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,00	2,8	2,4	14,1	89,7	0,0	0,5	0,0	0,0	0,1	97,8	14,7	72,1	0,3	149,9	8,3	0,0	0,0
2008	112	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	130	0,00	3,6	3,8	19,6	127,7	0,0	0,5	0,0	0,0	0,1	92,8	11,7	70,9	0,3	140,1	8,0	0,0	0,0
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	40	0,00	4,4	7,7	15,5	149,1	0,0	0,1	0,1	0,1	0,0	86,3	7,1	65,9	0,4	36,4	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**10,8**	**13,9**	**49,2**	**366,5**	**0,1**	**1,0**	**0,1**	**0,1**	**0,2**	**276,9**	**33,5**	**208,9**	**0,9**	**326,4**	**16,2**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
к/к	к/к	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,3	20,7	0,0	4,4	0,0	0,0	0,0	7,0	3,5	4,8	1,0	122,3	0,9	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,3**	**20,7**	**0,0**	**4,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**7,0**	**3,5**	**4,8**	**1,0**	**122,3**	**0,9**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2008	100	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	0,00	1,5	2,9	10,3	73,6	0,0	3,8	0,2	0,0	0,0	20,0	13,2	31,0	0,6	227,1	2,3	0,0	0,0
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	120	30,19	13,9	13,3	10,0	216,0	0,1	13,5	0,0	0,1	0,1	45,8	27,3	140,7	2,3	373,9	8,2	0,1	0,0
2008	371	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,00	0,5	1,8	1,8	30,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	10,0	1,3	7,3	0,0	15,6	1,1	0,0	0,0
2008	338	ОВОЩИ квашенные	30	0,00	0,2	0,0	0,5	3,8	0,0	0,6	0,0	0,0	0,0	6,2	3,8	6,5	0,2	42,3	0,0	0,0	0,0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,0	0,0	9,7	38,7	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,1	1,3	0,0	0,0	0,7	0,0	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**30,19**	**18,7**	**18,4**	**49,3**	**444,2**	**0,2**	**17,9**	**0,2**	**0,1**	**0,2**	**95,3**	**54,4**	**220,3**	**4,7**	**714,0**	**13,8**	**0,1**	**0,0**
Полдник																					
2012	261	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ ТУШЕННЫЕ	50	0,00	10,4	3,6	5,0	94,5	0,1	0,5	0,0	0,1	0,1	28,2	32,1	145,0	0,7	279,9	89,8	0,4	0,0
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	0,00	2,1	3,4	16,7	105,4	0,1	8,4	0,0	0,1	0,1	9,9	21,8	55,5	1,0	598,1	5,3	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,00	0,1	0,0	12,0	49,2	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	9,5	3,7	4,7	0,4	21,0	0,0	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,00	1,5	0,1	10,0	47,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	6,6	16,8	0,4	25,8	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**14,1**	**7,1**	**43,7**	**296,5**	**0,2**	**9,8**	**0,0**	**0,2**	**0,2**	**52,1**	**64,2**	**221,9**	**2,5**	**924,8**	**95,0**	**0,4**	**0,0**
Ужин																					
к/к	к/к	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	0,00	4,4	3,8	7,3	82,5	0,0	0,8	0,0	0,0	0,2	160,7	17,6	113,4	0,1	230,0	14,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**5,5**	**3,9**	**14,8**	**118,0**	**0,1**	**0,8**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**164,1**	**22,6**	**126,0**	**0,4**	**249,3**	**14,2**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**30,19**	**49,3**	**43,5**	**161,3**	**1245,9**	**0,5**	**33,9**	**0,4**	**0,4**	**0,8**	**595,5**	**178,2**	**782,0**	**9,5**	**2336,8**	**140,1**	**0,5**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**0,9**	**3,3**														

МБДОУ д/с № 45

3 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	0,00	2,3	7,5	15,5	138,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,0	6,7	3,9	21,0	0,3	28,8	0,0	0,0	0,0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,00	2,3	1,8	16,2	90,7	0,0	0,4	0,0	0,0	0,1	82,0	11,9	60,4	0,2	119,2	6,8	0,0	0,0
2012	219	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	65	0,00	5,6	7,3	1,5	94,2	0,0	0,4	0,1	0,9	0,2	37,8	7,5	85,4	1,0	87,1	9,5	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**10,2**	**16,6**	**33,2**	**323,3**	**0,1**	**0,8**	**0,2**	**1,1**	**0,3**	**126,5**	**23,3**	**166,8**	**1,5**	**235,1**	**16,2**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,9	23,5	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	8,0	4,0	5,5	1,1	139,0	1,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**23,5**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,0**	**4,0**	**5,5**	**1,1**	**139,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	150	0,00	1,4	3,6	7,5	71,7	0,0	6,0	0,2	0,0	0,0	36,4	17,6	35,7	0,8	246,1	3,9	0,0	0,0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,0	0,0	11,6	46,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,2	1,3	0,0	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,00	0,6	1,2	2,2	25,7	0,0	0,5	0,0	0,0	0,0	11,9	3,4	9,2	0,2	44,9	0,8	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
2008	299	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	30,19	14,5	13,6	20,4	262,5	0,1	9,7	0,0	0,1	0,2	25,3	38,9	176,3	2,8	891,5	11,6	0,1	0,0
к/к	к/к	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	30	0,00	0,2	0,0	0,5	3,9	0,0	1,5	0,0	0,0	0,0	6,9	4,2	7,2	0,2	42,3	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**30,19**	**19,3**	**18,8**	**59,2**	**491,8**	**0,3**	**17,7**	**0,2**	**0,1**	**0,2**	**93,9**	**73,0**	**263,2**	**5,5**	**1279,9**	**18,5**	**0,1**	**0,0**
Полдник																					
2012	454	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	50	15,50	16,3	6,0	51,4	334,9	0,2	9,2	2,9	0,1	0,8	30,5	25,9	202,8	3,8	426,9	6,8	0,1	0,0
2008	435	КЕФИР	150	0,00	4,4	3,8	6,0	79,5	0,1	1,1	0,0	0,0	0,3	180,0	21,0	142,5	0,2	219,0	13,5	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**15,50**	**20,7**	**9,8**	**57,4**	**414,4**	**0,3**	**10,3**	**3,0**	**0,1**	**1,0**	**210,5**	**46,9**	**345,3**	**3,9**	**645,9**	**20,3**	**0,1**	**0,0**
Ужин																					
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	130	0,00	0,1	0,0	8,6	34,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	2,9	3,0	0,3	10,6	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**1,2**	**0,1**	**16,1**	**70,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**11,1**	**7,8**	**15,6**	**0,6**	**30,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**45,69**	**51,6**	**45,5**	**170,8**	**1323,1**	**0,7**	**33,8**	**3,4**	**1,3**	**1,6**	**449,9**	**155,0**	**796,4**	**12,6**	**2329,8**	**56,0**	**0,3**	**0,1**
Сбалансированность:					**1**	**0,9**	**3,3**														

МБДОУ д/с № 45

4 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	0,00	3,9	5,1	21,0	145,6	0,1	0,5	0,0	0,1	0,1	98,3	17,2	93,9	0,6	157,3	7,8	0,0	0,0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,00	3,0	2,4	17,3	103,8	0,0	0,5	0,0	0,0	0,1	107,5	14,7	78,4	0,2	155,7	9,0	0,0	0,0
2012		БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	45	0,00	4,4	7,7	15,5	149,1	0,0	0,1	0,1	0,1	0,0	86,3	7,1	65,9	0,4	36,4	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**11,3**	**15,2**	**53,8**	**398,5**	**0,1**	**1,0**	**0,1**	**0,1**	**0,3**	**292,2**	**39,0**	**238,1**	**1,2**	**349,3**	**16,8**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,9	23,5	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	8,0	4,0	5,5	1,1	139,0	1,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**23,5**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,0**	**4,0**	**5,5**	**1,1**	**139,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2012	63	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	130	0,00	2,1	3,3	8,7	75,7	0,0	3,9	0,2	0,0	0,0	34,3	18,9	51,5	0,9	261,3	3,2	0,0	0,0
2012	355	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,00	0,5	1,5	1,7	26,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	12,5	1,5	7,0	0,1	13,5	0,9	0,0	0,0
2012	399	СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ И ЯГОДНЫЕ	150	0,00	0,7	0,1	14,7	62,6	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0	9,5	5,4	9,5	1,9	180,0	1,5	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	50	21,75	9,3	10,1	4,6	146,3	0,0	0,4	0,0	0,1	0,1	10,1	10,7	84,6	1,2	177,7	4,4	0,0	0,0
2012	315	РИС ОТВАРНОЙ	110	0,00	2,5	3,3	26,1	144,1	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	6,0	16,5	50,2	0,4	36,9	0,5	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**21,75**	**17,7**	**18,7**	**72,8**	**536,8**	**0,2**	**5,5**	**0,2**	**0,2**	**0,2**	**79,4**	**60,6**	**237,5**	**6,0**	**723,9**	**12,7**	**0,1**	**0,0**
Полдник																					
2012	271	КНЕЛИ РЫБНЫЕ	50	0,00	9,6	3,9	5,6	95,9	0,1	0,6	0,0	0,1	0,1	40,4	29,9	138,6	0,7	267,1	79,8	0,3	0,0
2008	123	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	0,00	1,9	3,1	15,4	97,2	0,1	7,8	0,0	0,1	0,1	9,1	20,1	51,2	0,9	552,0	4,9	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,00	0,1	0,0	12,0	49,2	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	9,5	3,7	4,7	0,4	21,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**12,7**	**7,1**	**40,5**	**277,8**	**0,2**	**9,2**	**0,0**	**0,1**	**0,2**	**62,4**	**58,6**	**207,0**	**2,3**	**859,5**	**84,7**	**0,4**	**0,0**
Ужин																					
2008		ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	130	0,00	0,1	0,0	8,6	34,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,7	2,6	3,0	0,3	10,5	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**1,2**	**0,1**	**16,1**	**70,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**10,1**	**7,6**	**15,6**	**0,6**	**29,9**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**21,75**	**43,1**	**41,3**	**188,1**	**1306,7**	**0,5**	**20,7**	**0,4**	**0,4**	**0,6**	**452,1**	**169,8**	**703,7**	**11,2**	**2101,5**	**115,2**	**0,4**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**1,0**	**4,4**														

МБДОУ д/с № 45

5 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	45	0,00	2,3	5,0	15,5	116,0	0,0	0,0	0,0	0,1	0,0	6,3	3,9	20,5	0,3	28,4	0,0	0,0	0,0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	0,00	4,4	3,8	7,3	82,5	0,0	0,8	0,0	0,0	0,2	160,7	17,6	113,4	0,1	230,0	14,2	0,0	0,0
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	0,00	4,0	6,0	22,3	159,8	0,1	0,4	0,0	0,1	0,1	90,6	26,7	101,4	0,6	164,5	7,9	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**10,7**	**14,8**	**45,1**	**358,3**	**0,1**	**1,2**	**0,1**	**0,1**	**0,3**	**257,6**	**48,2**	**235,2**	**1,1**	**422,8**	**22,1**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,9	23,5	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	8,0	4,0	5,5	1,1	139,0	1,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**23,5**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,0**	**4,0**	**5,5**	**1,1**	**139,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	130	0,00	1,7	2,9	9,2	69,4	0,0	2,7	0,2	0,1	0,0	18,7	11,0	31,2	0,5	174,9	2,5	0,0	0,0
2012	304	ПЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	200	0,00	18,0	20,3	27,2	363,8	0,1	1,6	0,4	0,0	0,1	30,0	37,0	192,3	1,9	262,1	6,9	0,1	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	0,00	1,5	0,1	10,0	47,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	4,6	6,6	16,8	0,4	25,8	0,0	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
2008		ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	20	0,00	0,1	0,0	0,3	2,1	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	3,7	2,2	3,8	0,1	22,6	0,0	0,0	0,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,0	0,0	9,7	38,7	0,0	80,0	0,0	0,0	0,0	6,6	1,4	0,0	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**23,9**	**23,7**	**73,4**	**603,0**	**0,2**	**85,1**	**0,5**	**0,1**	**0,2**	**70,8**	**65,9**	**278,9**	**4,5**	**540,5**	**11,6**	**0,2**	**0,0**
Полдник																					
2008	453	ВАТРУШКА ИЗ ДРОЖЖЕВОГО ТЕСТА	75	0,00	10,2	9,3	38,0	277,5	0,1	0,1	0,0	0,2	0,1	65,1	13,7	103,4	0,7	116,1	3,2	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,00	0,1	0,0	12,0	49,2	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	9,5	3,7	4,7	0,4	21,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**10,3**	**9,3**	**50,0**	**326,7**	**0,1**	**0,9**	**0,0**	**0,2**	**0,1**	**74,6**	**17,4**	**108,0**	**1,1**	**137,0**	**3,2**	**0,0**	**0,0**
Ужин																					
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,00	0,5	0,1	9,9	43,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	7,0	4,0	7,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ -ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**1,6**	**0,2**	**17,4**	**78,5**	**0,0**	**2,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**10,5**	**9,0**	**19,6**	**1,7**	**19,4**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**0,00**	**46,7**	**48,2**	**190,8**	**1390,0**	**0,5**	**94,2**	**0,7**	**0,4**	**0,6**	**421,4**	**144,4**	**647,3**	**9,4**	**1258,6**	**37,9**	**0,2**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**1,0**	**4,1**														

МБДОУ д/с № 45

6 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	30	0,00	2,3	7,5	15,5	138,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,0	6,7	3,9	21,0	0,3	28,8	0,0	0,0	0,0
2012	314	КАША ВЯЗКАЯ	130	0,00	3,3	3,8	31,3	173,0	0,0	0,3	0,0	0,1	0,1	52,9	18,5	73,0	0,3	98,8	4,7	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,00	0,1	0,0	12,0	49,2	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	9,5	3,7	4,7	0,4	21,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**5,7**	**11,3**	**58,8**	**360,6**	**0,1**	**1,0**	**0,1**	**0,2**	**0,1**	**69,1**	**26,1**	**98,7**	**1,0**	**148,6**	**4,7**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,9	23,5	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	8,0	4,0	5,5	1,1	139,0	1,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**23,5**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,0**	**4,0**	**5,5**	**1,1**	**139,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2012	87	СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ	150	0,00	4,5	2,9	8,2	77,1	0,1	3,8	0,2	0,0	0,1	19,7	14,5	32,3	0,6	224,8	2,3	0,0	0,0
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	110	0,00	3,9	3,4	25,1	147,2	0,1	0,0	0,0	0,1	0,0	9,6	5,5	29,9	0,7	45,8	0,6	0,0	0,0
2008	411	КИСЕЛЬ ПЛОДОВО-ЯГОДНЫЙ ИЗ КОНЦЕНТРАТА С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,0	0,0	23,6	94,3	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,9	0,2	3,2	0,0	0,3	0,0	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	100	25,36	10,1	12,5	3,3	166,4	0,0	1,6	0,2	0,1	0,1	18,8	17,4	95,6	1,5	252,2	4,6	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**25,36**	**21,1**	**19,2**	**77,2**	**566,6**	**0,2**	**5,4**	**0,4**	**0,1**	**0,2**	**58,3**	**45,1**	**195,8**	**4,3**	**577,5**	**9,7**	**0,1**	**0,0**
Полдник																					
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,00	3,0	2,6	16,4	101,6	0,0	0,5	0,0	0,0	0,1	106,0	15,6	77,9	0,3	161,7	9,0	0,0	0,0
2012	231	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	120	0,00	13,4	9,5	20,0	225,2	0,0	0,1	0,1	0,1	0,2	101,1	14,7	136,3	0,4	103,5	1,9	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**16,4**	**12,1**	**36,4**	**326,8**	**0,1**	**0,7**	**0,1**	**0,1**	**0,3**	**207,1**	**30,4**	**214,2**	**0,7**	**265,2**	**10,9**	**0,0**	**0,0**
Ужин																					
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	130	0,00	3,8	3,3	6,4	71,5	0,0	0,7	0,0	0,0	0,1	139,2	15,3	98,3	0,1	199,3	12,3	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**4,9**	**3,4**	**13,9**	**107,0**	**0,1**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**142,7**	**20,2**	**110,9**	**0,4**	**218,6**	**12,3**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**25,36**	**48,3**	**46,2**	**191,2**	**1384,5**	**0,4**	**12,8**	**0,6**	**0,4**	**0,7**	**485,2**	**125,7**	**625,1**	**7,6**	**1348,8**	**38,6**	**0,1**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**1,0**	**4,0**														

7 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2008	189	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	130	0,00	3,7	5,2	23,6	156,5	0,0	0,4	0,0	0,1	0,1	87,9	11,8	68,9	0,2	134,5	7,0	0,0	0,0
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	0,00	2,3	9,1	15,5	153,4	0,0	0,0	0,1	0,2	0,0	6,9	3,9	21,4	0,3	29,1	0,0	0,0	0,0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,00	2,3	1,8	14,2	83,0	0,0	0,4	0,0	0,0	0,1	82,0	11,9	60,4	0,2	119,1	6,8	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**8,3**	**16,1**	**53,3**	**392,9**	**0,1**	**0,8**	**0,1**	**0,2**	**0,2**	**176,8**	**27,6**	**150,7**	**0,7**	**282,7**	**13,8**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,9	23,5	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	8,0	4,0	5,5	1,1	139,0	1,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**23,5**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,0**	**4,0**	**5,5**	**1,1**	**139,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	150	0,00	3,4	3,0	11,1	85,3	0,1	3,2	0,1	0,0	0,0	25,7	20,1	47,2	1,2	281,9	2,6	0,0	0,0
2012	289	БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ	50	23,58	10,2	10,1	5,1	151,7	0,0	0,1	0,0	0,1	0,1	20,6	11,4	92,5	1,2	187,6	5,1	0,0	0,0
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	110	0,00	2,4	3,7	8,1	77,4	0,0	21,6	0,2	0,0	0,1	60,8	23,9	46,1	1,3	290,2	4,1	0,0	0,0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,0	0,0	11,6	46,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,2	1,3	0,0	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**23,58**	**18,6**	**17,2**	**52,9**	**442,4**	**0,2**	**24,8**	**0,4**	**0,1**	**0,2**	**120,4**	**64,2**	**220,7**	**5,3**	**814,9**	**14,0**	**0,1**	**0,0**
Полдник																					
2008	245	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	50	0,00	10,2	2,7	5,0	85,1	0,1	0,5	0,0	0,1	0,1	29,9	32,1	142,7	0,7	277,7	89,5	0,4	0,0
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	110	0,00	2,1	3,4	16,7	105,4	0,1	8,4	0,0	0,1	0,1	9,9	21,8	55,5	1,0	598,1	5,3	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,00	0,1	0,0	12,0	49,2	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	9,5	3,7	4,7	0,4	21,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**13,5**	**6,2**	**41,2**	**275,2**	**0,2**	**9,8**	**0,0**	**0,1**	**0,2**	**52,7**	**62,5**	**215,5**	**2,3**	**916,1**	**94,7**	**0,4**	**0,0**
Ужин																					
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	130	0,00	3,8	3,3	6,4	71,5	0,0	0,7	0,0	0,0	0,1	139,2	15,3	98,3	0,1	199,3	12,3	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**4,9**	**3,4**	**13,9**	**107,0**	**0,1**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**142,7**	**20,2**	**110,9**	**0,4**	**218,6**	**12,3**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**23,58**	**45,5**	**43,1**	**166,2**	**1241,0**	**0,6**	**41,1**	**0,5**	**0,4**	**0,7**	**500,6**	**178,5**	**703,2**	**9,9**	**2371,4**	**135,8**	**0,5**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**0,9**	**3,7**														

МБДОУ д/с № 45

8 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2012		БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	0,00	2,3	7,5	15,5	138,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,0	6,7	3,9	21,0	0,3	28,8	0,0	0,0	0,0
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	0,00	2,7	2,2	16,8	98,6	0,0	0,5	0,0	0,0	0,1	97,3	13,6	71,2	0,2	141,1	8,1	0,0	0,0
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	80	0,00	6,1	7,1	1,0	92,3	0,0	0,1	0,1	1,0	0,2	41,5	6,8	91,1	1,1	86,5	10,5	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**11,1**	**16,8**	**33,3**	**329,3**	**0,1**	**0,6**	**0,2**	**1,2**	**0,3**	**145,5**	**24,3**	**183,3**	**1,6**	**256,4**	**18,6**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,9	23,5	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	8,0	4,0	5,5	1,1	139,0	1,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**23,5**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,0**	**4,0**	**5,5**	**1,1**	**139,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	0,00	1,6	4,3	9,9	88,0	0,1	4,9	0,2	0,0	0,0	28,0	17,9	45,8	0,7	302,8	3,0	0,0	0,0
2008	272	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	50	21,75	9,7	9,0	6,5	145,2	0,0	0,4	0,0	0,1	0,1	13,7	13,9	94,9	1,5	186,1	4,2	0,0	0,0
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	0,00	2,5	3,8	17,4	114,1	0,1	8,5	0,0	0,1	0,1	29,7	23,8	68,0	1,0	622,3	6,8	0,0	0,0
2012	399	СОКИ ФРУКТОВЫЕ	150	0,00	0,7	0,1	14,7	62,6	0,0	1,2	0,0	0,0	0,0	9,5	5,4	9,5	1,9	180,0	1,5	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**21,75**	**17,1**	**17,6**	**65,5**	**491,5**	**0,3**	**15,0**	**0,2**	**0,2**	**0,2**	**88,0**	**68,5**	**253,0**	**6,7**	**1345,6**	**17,7**	**0,1**	**0,0**
Полдник																					
2008	435	КЕФИР	150	0,00	4,4	3,8	6,0	79,5	0,1	1,1	0,0	0,0	0,3	180,0	21,0	142,5	0,2	219,0	13,5	0,0	0,0
2012	449	ОЛАДЬИ	65	0,00	5,8	6,3	36,3	225,3	0,1	0,2	0,0	0,1	0,1	43,5	10,3	65,9	0,6	106,2	4,4	0,0	0,0
2008		ПОВИДЛО	10	0,00	0,0	0,0	6,4	25,8	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	1,3	0,6	0,8	0,1	12,9	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**10,2**	**10,1**	**48,7**	**330,6**	**0,1**	**1,2**	**0,1**	**0,1**	**0,3**	**224,7**	**32,0**	**209,2**	**0,8**	**338,1**	**17,9**	**0,0**	**0,0**
Ужин																					
к/к	к/к	ЧАЙ С САХАРОМ	130	0,00	0,1	0,0	8,6	34,6	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	7,6	2,9	3,0	0,3	10,6	0,0	0,0	0,0
2008	К/К	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**1,2**	**0,1**	**16,1**	**70,1**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**11,1**	**7,8**	**15,6**	**0,6**	**30,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**21,75**	**39,8**	**44,8**	**168,5**	**1245,0**	**0,5**	**21,8**	**0,5**	**1,5**	**0,9**	**477,4**	**136,6**	**666,5**	**10,8**	**2109,1**	**55,2**	**0,2**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**1,1**	**4,2**														

МБДОУ д/с № 45

10 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Д, мкг	В2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	0,00	2,3	7,5	15,5	138,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,0	6,7	3,9	21,0	0,3	28,8	0,0	0,0	0,0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	150	0,00	4,2	3,6	7,0	78,6	0,0	0,8	0,0	0,0	0,2	153,0	16,8	108,0	0,1	219,0	13,5	0,0	0,0
2012	238	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКОМ	100	0,00	9,9	8,2	17,1	188,4	0,0	0,8	0,0	0,1	0,1	90,6	13,4	108,3	0,7	143,7	3,1	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**16,4**	**19,3**	**39,6**	**405,4**	**0,1**	**1,6**	**0,1**	**0,2**	**0,3**	**250,3**	**34,1**	**237,4**	**1,1**	**391,5**	**16,6**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,9	23,5	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	8,0	4,0	5,5	1,1	139,0	1,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**23,5**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,0**	**4,0**	**5,5**	**1,1**	**139,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2012	80	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	0,00	1,1	2,9	7,6	60,7	0,0	3,1	0,2	0,0	0,0	15,7	13,3	30,0	0,5	195,3	2,2	0,0	0,0
2012	305	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ ИЛИ КРОЛИКА	50	0,00	1,9	3,0	7,0	62,7	0,0	0,4	0,0	0,1	0,0	18,1	6,9	34,5	0,5	55,1	2,0	0,0	0,0
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	110	0,00	1,6	2,9	9,4	70,4	0,1	8,9	0,2	0,0	0,0	26,3	18,5	40,9	0,8	341,6	3,5	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
2008	402	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,00	0,0	0,0	9,7	38,7	0,0	80,0	0,0	0,0	0,0	6,6	1,4	0,0	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**8,3**	**9,3**	**58,2**	**349,6**	**0,2**	**92,4**	**0,4**	**0,1**	**0,1**	**77,3**	**52,7**	**152,7**	**3,7**	**666,5**	**9,8**	**0,0**	**0,0**
Полдник																					
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ	130	0,00	3,5	5,3	19,5	139,8	0,1	0,4	0,0	0,1	0,1	82,1	23,5	89,4	0,6	145,1	7,0	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,00	0,1	0,0	12,0	49,2	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	9,5	3,7	4,7	0,4	21,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**3,6**	**5,3**	**31,5**	**189,0**	**0,1**	**1,2**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**91,6**	**27,1**	**94,1**	**1,0**	**166,1**	**7,0**	**0,0**	**0,0**
Ужин																					
2012	467	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	80	0,00	5,4	6,0	37,6	225,2	0,1	0,1	0,0	0,1	0,1	29,2	8,9	55,1	0,5	84,4	3,0	0,0	0,0
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,00	0,5	0,1	9,9	43,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	7,0	4,0	7,0	1,4	0,0	0,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**5,9**	**6,1**	**47,5**	**268,2**	**0,1**	**2,1**	**0,0**	**0,1**	**0,1**	**36,2**	**12,9**	**62,1**	**1,9**	**84,4**	**3,0**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**0,00**	**34,4**	**40,2**	**181,7**	**1235,7**	**0,5**	**102,3**	**0,6**	**0,5**	**0,6**	**463,4**	**130,8**	**551,7**	**8,8**	**1447,5**	**37,5**	**0,1**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**1,2**	**5,3**														

МБДОУ д/с № 45

9 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		B1, мг	C, мг	A, мг	Д, мкг	B2, мг	Ca, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг
Завтрак																					
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	130	0,00	6,8	6,3	20,7	167,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	128,6	9,4	87,8	0,7	51,7	0,5	0,0	0,0
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	0,00	2,3	7,5	15,5	138,4	0,0	0,0	0,1	0,1	0,0	6,7	3,9	21,0	0,3	28,8	0,0	0,0	0,0
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	150	0,00	2,8	2,4	16,0	97,4	0,0	0,5	0,0	0,0	0,1	97,8	14,7	72,1	0,3	150,0	8,3	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**11,9**	**16,2**	**52,2**	**403,3**	**0,1**	**0,5**	**0,1**	**0,2**	**0,2**	**233,1**	**28,0**	**181,0**	**1,3**	**230,4**	**8,7**	**0,0**	**0,0**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	50	0,00	0,2	0,2	4,9	23,5	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0	8,0	4,0	5,5	1,1	139,0	1,0	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**0,2**	**0,2**	**4,9**	**23,5**	**0,0**	**5,0**	**0,0**	**0,0**	**0,0**	**8,0**	**4,0**	**5,5**	**1,1**	**139,0**	**1,0**	**0,0**	**0,0**
Обед																					
2008	285	ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ, С СОУСОМ СМЕТАННЫМ	50	15,36	6,7	6,9	5,3	111,4	0,0	0,3	0,0	0,1	0,1	11,2	10,0	66,7	0,9	130,4	3,4	0,0	0,0
2012	58	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И КАПУСТОЙ	150	0,00	1,3	3,6	7,4	71,0	0,0	5,4	0,2	0,0	0,0	30,6	16,5	34,2	0,7	242,2	3,6	0,0	0,0
2008	40	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	100	0,00	1,8	4,1	3,1	59,4	0,0	30,6	0,0	0,0	0,0	50,1	16,7	31,9	0,6	307,6	3,0	0,0	0,0
к/к	к/к	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,00	0,0	0,0	11,6	46,4	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	6,2	1,3	0,0	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	0,00	2,6	0,4	17,0	81,6	0,1	0,0	0,0	0,0	0,0	7,2	7,6	34,8	1,6	54,4	2,2	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**15,36**	**12,4**	**15,0**	**44,4**	**369,8**	**0,1**	**36,3**	**0,2**	**0,1**	**0,1**	**105,2**	**52,1**	**167,5**	**3,9**	**735,3**	**12,3**	**0,1**	**0,0**
Полдник																					
2012	318	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	120	0,00	2,2	3,6	18,2	114,8	0,1	9,2	0,0	0,1	0,1	14,1	24,0	61,2	1,1	652,8	5,7	0,0	0,0
к/к	к/к	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5	0,00	0,1	0,0	12,0	49,2	0,0	0,8	0,0	0,0	0,0	9,5	3,7	4,7	0,4	21,0	0,0	0,0	0,0
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
к/к	к/к	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	70	24,74	15,4	6,4	5,6	157,6	0,2	10,5	4,7	0,2	1,2	51,9	17,8	235,3	4,5	296,0	9,8	0,1	0,0
Итого за прием пищи:				**24,74**	**18,8**	**10,1**	**43,3**	**357,1**	**0,3**	**20,5**	**4,7**	**0,2**	**1,3**	**78,9**	**50,4**	**313,7**	**6,3**	**989,1**	**15,6**	**0,2**	**0,0**
Ужин																					
2008		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	0,00	1,1	0,1	7,5	35,5	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	3,5	5,0	12,6	0,3	19,4	0,0	0,0	0,0
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ	130	0,00	3,8	3,3	6,4	71,5	0,0	0,7	0,0	0,0	0,1	139,2	15,3	98,3	0,1	199,3	12,3	0,0	0,0
Итого за прием пищи:				**0,00**	**4,9**	**3,4**	**13,9**	**107,0**	**0,1**	**0,7**	**0,0**	**0,0**	**0,2**	**142,7**	**20,2**	**110,9**	**0,4**	**218,6**	**12,3**	**0,0**	**0,0**
Всего за день:				**40,10**	**48,2**	**44,9**	**158,7**	**1260,7**	**0,6**	**63,0**	**5,0**	**0,5**	**1,8**	**567,9**	**154,8**	**778,6**	**12,9**	**2312,5**	**49,9**	**0,2**	**0,0**
Сбалансированность:					**1**	**0,9**	**3,3**														