

УТВЕРЖДЕНО
приказом директора
МБОУ «Криволесская ОШ»
от 10.01.2022 г. №13



**ПЯТНАДЦАТИДНЕВНОЕ
МЕНЮ ДЛЯ ВОСПИТАНИКОВ ГРУППЫ
ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕЙ НАПРАВЛЕННОСТИ, РЕАЛИЗУЮЩЕЙ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНУЮ ПРОГРАММУ
ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ
МБОУ «КРИВОЛЕССКАЯ ОШ»**

Документ подписан простой электронной подписью
Дата, время подписания: 30.03.2023 22:46:59
Ф.И.О. должностного лица: Афонина Елена Леонидовна
Должность: И.о. директора
Уникальный программный ключ: aae683ac-2be1-489b-9095-ba329a251844

№ рецептуры	Наименование блюд	Выход, г	Пищевые вещества				Минер. вещества, мг		Витамины, мг		
			Белки, г	Жиры г	Угле-воды, г	Энерг. цен-ность, ккал	Ca	Fe	B ₁	B ₂	C
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1 ДЕНЬ											
Завтрак											
6	Каша манная молочная жидкая	180	7,43	12,57	57,59	373,32	46,93	2,83	0,19	0,05	1,67
9	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	137,00	0,43	0,05	0,17	1,43
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,04	3,63	0,07	33,05	1,20	0,01	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	14,58	21,11	88,06	6027	235,3	3,65	0,28	0,25	3,14
2 завтрак											
45	Фрукт свежий банан	70	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	7,00
Обед											
12	Огурец свежий	40	1,79	3,12	3,75	50,16	12,87	0,41	0,06	0,03	6,60
22	Суп картофельный	200	2,34	2,83	16,64	101,25	25,85	1,18	0,14	0,23	12
608	Котлеты кур п\ф	50	8,22	9,23	6,80	143,44	44,31	0,70	0,04	0,08	0,08
24	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	36,98	1,01	0,14	0,11	18,16
34	Компот из свежих плодов (яблок)	180	0,14	0,14	21,49	87,84	13,03	0,85	0,01	0,01	1,55
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	17,51	20,52	87,52	607,92	140,24	5,31	0,25	0,47	38,39
Полдник											
12	Сок фруктовый промышленного производства	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
448	Оладьи с повидлом	100/20	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
	ИТОГО:	-	2,34	0,26	24,57	111,40	16,00	0,61	0,03	0,02	0,03
	ВСЕГО за 1 день:	-	35,66	42,17	229,54	1442,19	417,77	11,04	0,61	0,78	52,39

2 ДЕНЬ**Завтрак**

1	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	0,51	0,09	0,20	0,91
43	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,07	6,53	0,13	59,49	2,16	0,02	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	8,16	12,00	43,54	316,09	179,78	1,14	0,12	0,22	0,94

2 завтрак

45	Фрукты свежие яблоко	70	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	7,00
----	----------------------	----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Обед

22	Суп картофельный с рисовой крупой	200	7,01	5,72	17,72	142,31	19,94	1,24	0,10	0,07	7,41
15	Салат из свеклы	60	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	12,54	24,58	0,80	0,01
25	Плов из птицы	80/130	20,30	17,00	35,69	377,0	45,10	47,50	199	2,1	0,06
32	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	28,64	1,12	0,00	0,01	0,36
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	30,53	26,79	99,82	765,33	121,97	63,56	223,64	3,10	7,84

Полдник

пр	Пряник	70	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
12	Сок фруктовый промышленного производства	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	31,11	24,55	46,57	534,71	390,91	1,36	0,10	0,53	0,78
	ВСЕГО за 2 день:	-	70,08	63,62	196,79	1646,93	703,86	67,60	223,88	3,86	16,56

3 ДЕНЬ**Завтрак**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
3	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	180	2,04	3,20	13,63	91,50	24,65	0,67	0,09	0,07	12,11
951	Кофе на молоке	180	2,85	2,41	14,36	91,00	113,20	0,12	0,04	0,14	1,17
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
	ИТОГО:	-	6,48	5,68	38,20	229,90	106,65	1,36	0,14	0,11	0,09

2 завтрак

45	Фрукты свежие мандарин	70	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	7,00
----	------------------------	----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Обед

14	Салат из капусты	60	0,66	0,00	2,28	12,00	6,00	0,48	0,00	0,02	9,00
170	Борщ из капусты и картофеля	200	9,89	7,26	13,74	160,00	61,25	2,19	0,13	0,14	15,61
688	Макаронные изделия отварные	180	6,26	5,12	29,97	190,91	5,51	1,26	0,07	0,03	0,00
608	Котлета кур	50	12,57	12,87	13,31	218,66	35,20	1,45	0,08	0,13	0,67
32	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	28,64	1,12	0,00	0,01	0,36
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	37,74	25,67	102,69	771,25	143,80	7,66	0,32	0,34	25,64

Полдник

пр	Печенье молочное	70	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
12	Сок ягодный промышленного производства	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	7,81	11,60	53,37	350,01	126,78	1,02	0,12	1,25	1,17
	ВСЕГО за 3 день:	-	53,26	43,23	223,35	1471,26	403,26	11,96	0,63	1,74	37,70

4 ДЕНЬ**Завтрак**

6	Каша манная молочная жидкая	180	5,42	5,89	29,00	190,44	142,30	1,04	0,07	0,15	2,01
44	Чай с молоком	180	5,22	4,50	7,56	92,00	223,20	0,18	0,04	0,23	0,54
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,04	3,63	0,07	33,05	1,20	0,01	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	7,80	9,78	53,64	334,89	159,50	1,66	0,10	0,17	2,04

2 завтрак

45	Фрукты свежие банан	70	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	7,00
----	---------------------	----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Обед

15	Огурец свежий	40	0,66	0,00	2,28	12,00	6,00	0,48	0,00	0,02	9,00
209	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	7,30	5,70	16,99	148,50	31,90	1,62	0,15	0,12	12,31
	Капуста тушеная с мясным фаршем	150	3,18	6,72	6,98	119,95	36,20	69,96	1,26	0,03	0,05
33	Кисель	180	0,13	0,05	24,55	99,18	10,44	0,12	0,01	0,01	1,10
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	28,69	24,31	112,22	787,56	127,79	7,40	0,42	0,37	23,54

Полдник

пр	Вафли	50	17,69	13,87	19,02	271,70	151,45	1,55	0,07	0,30	1,73
12	Сок фруктовый промышлен пр-ва	200	0,97	0,00	22,20	89,15	15,20	0,35	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	22,91	18,37	26,58	363,70	374,65	1,73	0,11	0,53	2,27
	ВСЕГО за 4 день:	-	60,65	52,74	221,50	1606,10	688,34	12,68	0,68	1,11	38,65

5 ДЕНЬ**Завтрак**

7	Каша рисовая молочная жидкая	180	17,69	13,87	19,02	271,70	151,45	1,55	0,07	0,30	1,73
43	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,06	5,08	0,10	46,27	1,68	0,01	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	21,83	21,43	43,69	456,37	235,13	2,25	0,12	0,34	1,82

2 завтрак

пр	Йогурт	100	2,22	2,50	3,20	50,00	108,00	0,09	0,04	0,15	1
----	--------	-----	------	------	------	-------	--------	------	------	------	---

Обед

18	Суп рыбный	200	2,38	5,97	16,75	122,55	48,73	1,53	0,06	0,06	6,96
14	Салат из капусты	60	1,08	0,18	8,62	40,40	24,28	30,75	44,0	1,08	0,05
245	Рыба припущенная	80	11,75	0,46	0,19	51,33	10,03	0,36	0,05	0,04	0,39
24	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	36,98	1,01	0,14	0,11	18,16
34	Компот из свежих ягод	180	0,14	0,14	21,49	87,84	13,03	0,85	0,01	0,01	1,55
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-									

Полдник

пр	Пряник	70	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
12	Сок ягодный промышл пр-ва	200	0,97	0,00	22,20	89,15	15,20	0,35	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	7,18	11,69	42,21	309,01	121,58	0,99	0,12	1,26	1,00
	ВСЕГО за 5 день:	-	49,62	45,31	177,67	1319,13	506,56	40,22	44,56	2,92	35,93

6 ДЕНЬ**Завтрак**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
2	Каша пшеничная молочная жидкая	180	3,20	3,40	19,64	121,92	12,52	1,37	0,06	0,02	0,00
951	Кофе на молоке	180	2,87	1,95	20,66	111,97	127,30	0,08	0,03	0,08	0,37
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,04	3,63	0,07	33,05	1,20	0,01	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	8,39	9,22	54,95	338,34	147,02	1,79	0,12	0,12	0,37

2 завтрак

45	Фрукты свежие мандарин	70	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	7,00
----	---------------------------	----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Обед

13	Салат из свежих огурцов	60	0,84	3,05	5,42	52,44	22,43	0,30	0,02	0,02	19,47
209	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	2,15	2,27	13,71	83,80	19,68	21,60	53	0,87	0,09
608	Тефтели п\ф	50	11,08	8,95	12,13	173,29	34,55	1,08	0,07	0,12	0,12
679	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,14	5,31	35,15	230,03	53,97	22,12	0,07	0,13	15,43
43	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	26,84	23,17	100,63	734,54	274,83	46,25	53,25	1,32	36,54

Полдник

пр	Печенье молочное	70	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
12	Сок фруктовый промышленного производства	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	7,42	4,86	24,80	174,16	72,00	1,61	0,06	0,18	0,042
	ВСЕГО за 6 день:	-	42,93	37,53	187,24	505,05	51,63	53,45	1,63	1,63	43,95

7 ДЕНЬ											
Завтрак											
177	Каша «Дружба»	180	9,23	10,03	39,62	285,17	160,90	1,75	0,12	0,25	1,20
36	Чай с молоком	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,04	3,63	0,07	33,05	1,20	0,01	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	13,35	16,14	64,26	456,62	244,10	2,45	0,17	0,29	1,29
2 завтрак											
966	Йогурт	100	2,22	2,50	3,20	50,00	108,00	0,09	0,04	0,15	1
Обед											
43	Салат из белокочанной капусты	60	0,53	3,06	1,56	35,88	13,97	0,36	0,02	0,02	3,35
208	Суп картофельный с макаронными издел	200	2,38	5,97	16,75	122,55	48,73	1,53	0,06	0,06	6,96
591	Гуляш	80/75	19,72	17,89	4,76	168,20	24,36	26	2,32	0,17	1,28
24	Пюре картофельное	170	3,06	4,80	20,44	137,25	36,98	1,01	0,14	0,11	18,16
34	Компот из свежих плодов (ягод)	180	0,14	0,14	21,49	87,84	13,03	0,85	0,01	0,01	1,55
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	30,07	32,50	97,98	711,10	150,27	31,24	2,62	0,40	31,30
Полдник											
пр	Вафли	50	17,69	13,87	19,02	271,70	151,45	1,55	0,07	0,30	1,73
12	Сок фруктовый промысл пр-ва	200	0,97	0,00	22,20	89,15	15,20	0,35	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	2,16	3,26	35,89	226,18	13,04	1,32	0,09	0,05	1,18
	ВСЕГО за 7 день:	-	47,80	53,40	201,33	1443,90	515,41	35,10	2,92	0,89	34,77

8 ДЕНЬ**Завтрак**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
6	Каша манная молочная жидкая	180	5,42	5,89	29,00	190,44	142,30	1,04	0,07	0,15	2,01
43	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,07	6,53	0,13	59,49	2,16	0,02	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	7,83	12,68	53,70	361,33	160,46	1,67	0,10	0,17	2,04

2 завтрак

966	Йогурт	100	2,22	2,50	3,20	50,00	108,00	0,09	0,04	0,15	1
-----	--------	-----	------	------	------	-------	--------	------	------	------	---

Обед

202	Суп овощной	200	2	7,08	11,39	102,90	31	52	85,2	0,05	4,5
286	Тефтели	50	8,87	9,83	11,71	171,00	43,90	21,6	106	0,96	0,06
692	Картофель отварной	150	2,86	4,32	23,01	142,35	14,64	29,33	79,7	1,16	0,15
33	Кисель	180	0,21	0,01	31,74	127,98	10,85	0,61	0,00	0,00	0,13
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	15,90	21,64	96,25	632,21	107,59	104,70	268,2 4	2,18	4,84

Полдник

пр	Пряник	70	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
12	Сок фруктовый промыш производит	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	12,57	16,75	34,88	342,73	183,77	1,97	0,10	0,41	0,47
	ВСЕГО за 8 день:	-	37,53	51,35	213,92	1456,37	478,22	110,26	268,5	2,80	18,15

9 ДЕНЬ**Завтрак**

1	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	0,51	0,08	0,20	0,91
43	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
36	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,07	6,53	0,13	59,49	2,16	0,02	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	9,90	14,22	43,54	343,09	245,78	1,22	0,05	0,04	0,09

2 завтрак

45	Фрукты свежие банан	70	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	7,00
----	---------------------	----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Обед

16	Салат из белокочанной капусты	60	0,85	3,05	5,19	51,54	26,80	7,90	14,8	0,32	0,01
209	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	7,30	5,70	16,99	148,50	31,90	1,62	0,15	0,12	12,31
688	Макаронны отварные	180	6,26	5,12	29,97	190,91	5,51	1,26	0,07	0,03	0,00
255	Биточки рыбные	80	10,87	8,25	11,25	162,17	30,45	1,05	0,07	0,12	0,11
32	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	28,64	1,12	0,00	0,01	0,36
37	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	21,64	22,54	106,79	742,80	130,50	14,11	15,13	0,61	12,75

Полдник

12	Сок фруктовый промышленного производства	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
пр	Печенье молочное	50	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
	ИТОГО:	-	7,18	11,69	42,21	303,01	121,58	0,99	0,12	1,26	1,00
	ВСЕГО за 9 день:	-	39,67	48,45	214,77	1484,20	513,06	16,70	15,33	1,94	17,64

10 ДЕНЬ**Завтрак**

123	Вареники п/ф	150	23,61	19,81	24,43	371,31	161,71	0,85	0,03	0,28	0,24
951	Кофе на молоке	180	2,87	1,95	20,66	111,97	127,30	0,08	0,03	0,08	0,37
36	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,07	6,53	0,13	59,49	2,16	0,02	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:		11,72	17,20	26,04	307,73	143,87	2,26	0,10	0,36	0,22

2 завтрак

45	Фрукт свежий мандарин	70	0,32	0,32	7,84	35,20	12,80	1,76	0,02	0,01	8,00
----	-----------------------	----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Обед

204	Суп картофельный с рисовой крупой	200	1,48	2,24	14,08	72,75	19,05	0,75	0,10	7,25	0,00
27	Жаркое по-домашнему	100	27,53	7,47	21,95	265,00	31,10	7,03	0,21	8,97	24,00
16	Огурец свежий	40	0,40	0,50	1,30	7,00	11,50	0,30	0,01	5,00	0,00
32	Компот из свежих ягод	180	0,21	0,01	31,74	127,98	10,85	0,61	0,00	0,00	0,13
37	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:		34,62	10,92	106,91	655,91	87,70	7,29	0,40	21,25	24,13

Полдник

пр	Пряники	50	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
12	Сок фруктовый промышленного производства	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:		8,63	12,38	54,83	366,01	150,58	1,33	0,13	1,28	1,43
	ВСЕГО за 10 день:		55,29	40,84	195,67	1364,85	394,95	12,64	0,65	22,9	33,78

11 ДЕНЬ**Завтрак**

177	Каша Дружба	200	10,44	11,11	41,30	307,00	158,6	86,70	257,3	2,75	0,26
44	Чай с молоком	180	5,22	4,50	7,56	92,00	223,20	0,18	0,04	0,23	0,54
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,04	3,63	0,07	33,05	1,20	0,01	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	17,98	19,48	63,51	503,45	389,00	87,22	257,3	3,00	1,04

2 завтрак

966	Йогурт	100	2,22	2,50	3,20	50,00	108,00	0,09	0,04	0,15	1
-----	--------	-----	------	------	------	-------	--------	------	------	------	---

Обед

16	Помидор свежий	40	0,40	0,50	0,30	7,00	11,50	0,30	0,01	5,00	0,00
22	Суп картофельный	200	2,34	2,83	16,64	101,25	25,85	1,18	0,14	0,23	12
608	Котлеты п\ф	50	8,22	9,23	6,80	143,44	44,31	0,70	0,04	0,08	0,08
24	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	137,25	36,98	1,01	0,14	0,11	18,16
32	Компот из сухофруктов	180									
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	16,38	17,78	87,57	487,62	154,48	5,47	0,37	5,44	4,10

Полдник

пр	Вафли	50	17,69	13,87	19,02	271,70	151,45	1,55	0,07	0,30	1,73
12	Сок фруктовый промысл пр-ва	200	0,97	0,00	22,20	89,15	15,20	0,35	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	7,95	6,55	20,94	174,73	183,30	1,08	0,06	0,24	0,73
	ВСЕГО за 11 день:	-	42,59	44,09	178,88	1196,60	737,98	95,31	257,8	8,69	12,92

12 ДЕНЬ**Завтрак**

1	Каша манная молочная жидкая	180	7,43	12,57	57,59	373,32	46,93	2,83	0,19	0,05	1,67
951	Кофе на молоке	180	2,87	1,95	20,66	111,97	127,30	0,08	0,03	0,08	0,37
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,07	6,53	0,13	59,49	2,16	0,02	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	14,39	23,51	92,96	643,18	348,39	3,34	0,27	0,17	1,10

2 завтрак

45	Фрукты свежие яблоко	70	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	7,00
----	----------------------	----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Обед

204	Суп картофельный с рисовой крупой	200	7,01	5,72	17,72	142,31	19,94	1,24	0,10	0,07	7,41
14	Салат из моркови	60	1,08	0,18	8,62	40,40	24,28	30,75	44,0	1,08	0,05
637	Птица отварная	75	15,83	10,20	0,00	154,69	29,25	15,00	107,2	1,35	0,03
679	Каша рисовая рассыпчатая	150	4,58	5,01	20,52	145,50	8,45	2,42	0,12	0,06	0,00
43	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
37	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	30,52	21,53	75,25	610,88	99,12	50,85	151,58	2,57	1,28

Полдник

12	Сок фруктовый промышленного производства	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
пр	Печенье	50	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
	ИТОГО:	-	26,10	20,06	70,75	570,69	187,56	1,79	0,06	0,30	0,39
	ВСЕГО за 12 день:	-	71,96	65,10	261,19	1914,05	514,27	56,36	151,94	3,07	2,80

13 ДЕНЬ											
Завтрак											
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
7	Каша пшеничная молочная жидкая	180	3,20	3,40	19,64	121,92	12,52	1,37	0,06	0,02	0,00
9	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	107,00	137,00	0,43	0,05	0,17	1,43
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,07	6,53	0,13	59,49	2,16	0,02	0,00	0,00	0,00
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
	ИТОГО:	-	10,96	15,58	50,17	386,81	223,68	2,23	0,16	0,23	0,30
2 завтрак											
45	Фрукты свежие банан	70	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	0,07
Обед											
43	Салат из свежей капусты	60	0,53	3,06	1,56	35,88	13,97	0,36	0,02	0,02	3,35
170	Борщ с капустой и картофелем	200	9,89	7,26	13,74	160,00	61,25	2,19	0,13	0,14	15,61
29	Каша гречневая рассыпчатая	150	7,14	5,31	35,15	230,03	53,97	22,12	0,07	0,13	15,43
286	Тефтели	50	8,87	9,83	11,71	171,00	43,90	21,6	106	0,96	0,06
34	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	28,64	1,12	0,00	0,01	0,36
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	728,79	25,88	105,55	786,59	208,93	48,55	1,25	1,27	1,18
Полдник											
Пр	Пряник	70	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
12	Сок ягодный промышленного производства	200	0,95	0,00	22,23	89,30	15,20	0,38	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	7,18	11,69	42,21	309,01	121,58	0,99	0,12	1,26	1,00
	ВСЕГО за 13 день:	-	47,21	53,43	204,79	1513,21	565,39	53,31	1,55	2,77	2,55

14 ДЕНЬ**Завтрак**

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
3	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	180	2,04	3,20	13,63	91,50	24,65	0,67	0,09	0,07	12,11
44	Чай с молоком	180	5,22	4,50	7,56	92,00	223,20	0,18	0,04	0,23	0,54
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,07	6,53	0,13	59,49	2,16	0,02	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	9,61	14,47	35,90	314,39	256,01	1,20	0,16	0,32	0,40

2 завтрак

45	Фрукты свежие мандарин	80	0,28	0,28	6,86	30,80	11,20	1,54	0,02	0,01	0,20
----	------------------------	----	------	------	------	-------	-------	------	------	------	------

Обед

202	Суп овощной	200	2	7,08	11,39	102,90	31	52	85,2	0,05	4,5
591	Гуляш	80/75	19,72	17,89	4,76	168,20	24,36	26	2,32	0,17	1,28
24	Пюре картофельное	170	3,06	4,80	20,44	137,25	36,98	1,01	0,14	0,11	18,16
34	Компот из свежих плодов (яблок)	180	0,14	0,14	21,49	87,84	13,03	0,85	0,01	0,01	1,55
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	26,88	30,31	76,48	584,17	112,57	81,02	87,7 1	0,35	0,86

Полдник

пр	Вафли	50	17,69	13,87	19,02	271,70	151,45	1,55	0,07	0,30	1,73
12	Сок фруктовый промышл пр-ва	200	0,97	0,00	22,20	89,15	15,20	0,35	0,03	0,03	3,80
	ИТОГО:	-	11,03	8,03	30,86	241,16	199,00	1,76	0,11	0,35	0,86
	ВСЕГО за 14 день:	-	47,80	53,09	149,92	1170,52	578,78	85,52	88,0 0	1,03	1,95

15 ДЕНЬ**Завтрак**

1	Суп молочный с макаронными изделиями	180	5,75	5,21	18,84	145,20	161,62	0,51	0,08	0,20	0,91
43	Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,00	10,00	0,28	0,00	0,00	0,03
46	Хлеб пшеничный	40	2,28	0,24	14,58	71,40	6,00	0,33	0,03	0,02	0,00
10	Масло сливочное (порциями)	7	0,07	6,53	0,13	59,49	2,16	0,02	0,00	0,00	0,00
	ИТОГО:	-	8,16	12,00	43,54	316,09	179,78	1,14	0,11	0,22	0,17

2 завтрак

45	Фрукты свежие яблоко	70	0,24	0,24	5,88	26,40	9,60	1,32	0,02	0,01	0,25
----	----------------------	----	------	------	------	-------	------	------	------	------	------

Обед

209	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200/20	7,30	5,70	16,99	148,50	31,90	1,62	0,15	0,12	12,31
30	Вермишель с маслом	140	5,46	5,74	29,18	5,90	7,77	35,14	0,76	0,04 4	0,011
608	Котлета рыбная	50	12,57	12,87	13,31	218,66	35,20	1,45	0,08	0,13	0,67
34	Компот из сухофруктов	180	0,40	0,02	24,99	101,70	28,64	1,12	0,00	0,01	0,36
47	Хлеб ржаной	40	1,96	0,40	18,40	87,98	7,20	1,16	0,04	0,01	0,00
	ИТОГО:	-	29,97	24,97	117,45	634,14	116,71	40,72	1,14	0,32	0,44

Полдник

12	Сок фруктово-ягод промысл пр-ва	200	0,97	0,00	22,20	89,15	15,20	0,35	0,03	0,03	3,80
Пр	Печенье молочное	50	4,96	9,19	39,01	259,01	13,58	0,90	0,08	1,11	0,00
	ИТОГО:	-	7,87	20,2	103,75	616,99	24,43	1,51	0,08	1,11	0,84
	ВСЕГО за 15 день:	-	46,21	57,41	270,62	1599,62	330,52	44,79	0,53	1,66	1,70

Всего за 15 дней

748,26	751,76	3127,1	219	7880,79	705,1	1111	57,7	351,41
---------------	---------------	---------------	------------	----------------	--------------	-------------	-------------	---------------