

## Меню весенне – летний период: детский сад/дошкольная группа 3-7 лет

№ рецептуры	прием пищи, наименование блюда	масса порции	пищевые вещества (г)			энергетическая ценность (ккал)	минеральные элементы, мг			витамины, мг		
			Б	Ж	У		Ca	Mg	Fe	В <sup>1</sup>	В <sup>2</sup>	С
<b>1 ДЕНЬ (понедельник)</b>												
<b>завтрак</b>												
183/2014	каша манная молочная жидкая	180/5	4,56	7,08	21,12	165,6	114,54	15,69	0,29	0,05	0,14	0,5
272/2014	какао с молоком	180	2,88	2,76	12,24	82,8	97,31	17,62	0,44	0,02	0,11	0,47
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
<b>итого за завтрак</b>			<b>10,55</b>	<b>13,83</b>	<b>53,29</b>	<b>371,85</b>	<b>223,45</b>	<b>47,46</b>	<b>1,38</b>	<b>0,13</b>	<b>0,28</b>	<b>0,97</b>
<b>итого завтрак в %</b>			<b>78</b>	<b>92</b>	<b>82</b>	<b>83</b>	<b>99</b>	<b>95</b>	<b>55</b>	<b>58</b>	<b>112</b>	<b>#ИМЯ?</b>
<b>второй завтрак</b>												
	фруктовый сок	<b>180</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>23</b>	<b>99</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>7</b>
<b>обед</b>												
62/2014	суп крестьянский с крупой	180/7	1,53	4,32	8,91	81	16,79	12,38	0,46	0,04	0,03	5,76
160/2014	пюре гороховое	130/4	12,65	4,42	28,69	208	67,77	62,57	3,99	0,35	0,09	0
132/2014	Котлета из курицы	70/7	21,3	25,8	2,1	326	35,2	17,76	1,72	0,05	0,16	0,3
276/2014	компот из смеси сухофруктов	180	0,84	0,05	24,72	98,4	25,82	16,44	0,55	0,01	0,02	0,29
	хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5	15	23	1,15	0,08	0,05	0
<b>итого за обед</b>			<b>39,72</b>	<b>35,19</b>	<b>87,62</b>	<b>820,90</b>	<b>160,58</b>	<b>132,15</b>	<b>7,87</b>	<b>0,53</b>	<b>0,35</b>	<b>6,35</b>
<b>итого обед в %</b>			<b>210</b>	<b>168</b>	<b>96</b>	<b>130</b>	<b>51</b>	<b>189</b>	<b>225</b>	<b>168</b>	<b>100</b>	<b>36</b>
<b>полдник</b>												
243/2014	пирог с повидлом	50	3,1	1,5	28,9	141	9,02	5,11	0,55	0,03	0,02	0,04
266/2014	чай с сахаром	200	0,13	0,03	6,13	24	0,17	0	0,01	0	0	0

	<b>итого за полдник</b>		<b>3,23</b>	<b>1,53</b>	<b>35,03</b>	<b>165,00</b>	<b>9,19</b>	<b>5,11</b>	<b>0,56</b>	<b>0,03</b>	<b>0,02</b>	<b>0,04</b>
	<b>итого за полдник в %</b>		<b>40</b>	<b>17</b>	<b>89</b>	<b>61</b>	<b>7</b>	<b>17</b>	<b>37</b>	<b>22</b>	<b>13</b>	<b>1</b>
	<b>итого за 1 день</b>		<b>54,40</b>	<b>50,55</b>	<b>198,84</b>	<b>1456,75</b>	<b>429,22</b>	<b>202,72</b>	<b>10,21</b>	<b>0,69</b>	<b>0,75</b>	<b>14,56</b>
	<b>итого за 1 день в %</b>		<b>134</b>	<b>112</b>	<b>102</b>	<b>108</b>	<b>64</b>	<b>135</b>	<b>136</b>	<b>102</b>	<b>100</b>	<b>39</b>

<b>2 ДЕНЬ (вторник)</b>												
<b>завтрак</b>												
187/2014	каша пшенная молочная жидкая	180/5	6,72	7,92	31,68	224,4	116,28	40,44	1,05	0,15	0,14	0,48
266/2014	чай с сахаром	180	0,12	0,03	5,52	21,6	0,15	0	0,01	0	0	0
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
	<b>итого за завтрак</b>		<b>12,35</b>	<b>14,43</b>	<b>64,81</b>	<b>431,85</b>	<b>254,91</b>	<b>69,21</b>	<b>1,83</b>	<b>0,25</b>	<b>0,31</b>	<b>1,10</b>
	<b>итого завтрак в %</b>		<b>91</b>	<b>96</b>	<b>99</b>	<b>96</b>	<b>113</b>	<b>138</b>	<b>73</b>	<b>111</b>	<b>124</b>	<b>9</b>
<b>второй завтрак</b>												
	яблоко	100	0	0	11	46	16	9	0	0	0	10
<b>обед</b>												
50/2014	щи из свежей капусты с картофелем	180/7	1,32	3,96	6	66	23,35	13,7	0,5	0,04	0,04	8,63
137/2014	картофельное пюре	130	2,69	3,99	17,42	119	30,87	24,79	0,9	0,1	0,09	9,01
80/2014	биточки рыбные	70	11,34	7,98	9,66	156,8	32,62	20,4	0,74	0,13	0,1	32,62
276/2014	компот из смеси сухофруктов	180	0,84	0,05	24,72	98,4	25,82	16,44	0,55	0,01	0,02	0,29
	хлеб ржаной	50	3,8	0,45	24,85	113	13	17,5	0,8	0,08	0,04	0
	<b>итого за обед</b>		<b>19,15</b>	<b>16,38</b>	<b>79,13</b>	<b>534,80</b>	<b>167,66</b>	<b>122,63</b>	<b>3,85</b>	<b>0,40</b>	<b>0,32</b>	<b>61,49</b>
	<b>итого обед в %</b>		<b>101</b>	<b>78</b>	<b>87</b>	<b>85</b>	<b>53</b>	<b>175</b>	<b>110</b>	<b>127</b>	<b>91</b>	<b>351</b>
<b>полдник</b>												

75/2014	суп молочный с макаронными изделиями	180	3,96	3,78	14,31	107,1	97,64	12,97	0,29	0,05	0,12	0,47
295/2012	кисель из повидла	180	0,09	0	34,47	133,2	6,88	2,02	0,41	0	0,01	0,14
	хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8	7,8	10,5	0,48	0,05	0,02	0
<b>итого за полдник</b>			<b>6,33</b>	<b>4,05</b>	<b>67,80</b>	<b>308,10</b>	<b>112,32</b>	<b>25,49</b>	<b>1,18</b>	<b>0,10</b>	<b>0,15</b>	<b>0,61</b>
<b>итого за полдник в %</b>			<b>78</b>	<b>45</b>	<b>173</b>	<b>114</b>	<b>83</b>	<b>85</b>	<b>79</b>	<b>74</b>	<b>100</b>	<b>8</b>
<b>итого за 2 день</b>			<b>38,23</b>	<b>34,86</b>	<b>223,04</b>	<b>1320,75</b>	<b>550,89</b>	<b>226,33</b>	<b>7,06</b>	<b>0,75</b>	<b>0,78</b>	<b>73,20</b>
<b>итого за 2 день в %</b>			<b>94</b>	<b>77</b>	<b>114</b>	<b>98</b>	<b>82</b>	<b>151</b>	<b>94</b>	<b>111</b>	<b>104</b>	<b>195</b>

### 3 ДЕНЬ (Среда)

завтрак												
170/2014	каша ячневая рассыпчатая молочная	180/4	8,37	7,11	41,13	265,5	149,05	40,15	1,14	0,17	0,16	0,46
268/2014	чай с лимоном и сахаром	180	0,12	0,04	5,64	22,8	2,36	0,66	0,07	0	0	1,01
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
<b>итого за завтрак</b>			<b>11,60</b>	<b>11,14</b>	<b>66,70</b>	<b>411,75</b>	<b>163,01</b>	<b>54,96</b>	<b>1,86</b>	<b>0,23</b>	<b>0,19</b>	<b>1,47</b>
<b>итого завтрак в %</b>			<b>86</b>	<b>74</b>	<b>102</b>	<b>92</b>	<b>72</b>	<b>110</b>	<b>74</b>	<b>102</b>	<b>76</b>	<b>12</b>
второй завтрак												
	фруктовый сок	180	1	0	23	99	36	18	0	0	0	7
обед												
60/2014	суп картофельный с бобовыми и гречками	180/12	5,49	3,15	21,42	137,7	22,86	27,59	1,6	0,15	0,05	3,36
214/2014	запеканка из творога со сгущенным молоком	130/17	27,5	19,8	35,1	431	274,41	40,37	0,94	0,08	0,42	0,55
277/2014	компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6,03	3,13	0,8	0,01	0,01	1,6
	хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5	15	23	1,15	0,08	0,05	0

			<b>36,59</b>	<b>23,65</b>	<b>96,92</b>	<b>744,20</b>	<b>318,30</b>	<b>94,09</b>	<b>4,49</b>	<b>0,32</b>	<b>0,53</b>	<b>5,51</b>
			<b>194</b>	<b>113</b>	<b>106</b>	<b>118</b>	<b>101</b>	<b>134</b>	<b>128</b>	<b>102</b>	<b>151</b>	<b>31</b>
<b>полдник</b>												
200/2014	Биточки манные с повидлом	180/18	7,6	7,7	55,5	322	66,82	17,92	1,01	0,08	0,11	0,84
	кофейный напиток на молоке	180	2,52	2,52	13,2	84	127,03	14,62	0,13	0,04	0,14	0,62
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
			<b>10,76</b>	<b>10,68</b>	<b>82,58</b>	<b>461,40</b>	<b>184,23</b>	<b>51,49</b>	<b>1,68</b>	<b>0,14</b>	<b>0,28</b>	<b>1,46</b>
			<b>133</b>	<b>119</b>	<b>211</b>	<b>171</b>	<b>136</b>	<b>172</b>	<b>112</b>	<b>104</b>	<b>187</b>	<b>19</b>
			<b>59,85</b>	<b>45,47</b>	<b>269,10</b>	<b>1716,35</b>	<b>701,54</b>	<b>218,54</b>	<b>8,43</b>	<b>0,69</b>	<b>1,10</b>	<b>15,64</b>
			<b>148</b>	<b>101</b>	<b>137</b>	<b>127</b>	<b>104</b>	<b>146</b>	<b>112</b>	<b>102</b>	<b>147</b>	<b>42</b>

<b>4 ДЕНЬ (четверг)</b>												
<b>завтрак</b>												
189/2014	каша молочная "Дружба"	180/5	5,63	7,31	30,12	209	114,38	33,63	0,72	0,11	0,14	0,47
272/2014	какао с молоком	180	2,88	2,76	12,24	82,8	97,31	17,62	0,44	0,02	0,11	0,47
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
			<b>11,62</b>	<b>14,06</b>	<b>62,29</b>	<b>415,25</b>	<b>223,29</b>	<b>65,40</b>	<b>1,81</b>	<b>0,19</b>	<b>0,28</b>	<b>0,94</b>
			<b>86</b>	<b>94</b>	<b>95</b>	<b>92</b>	<b>99</b>	<b>131</b>	<b>72</b>	<b>84</b>	<b>112</b>	<b>8</b>
<b>второй завтрак</b>												
	банан	<b>100</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>22</b>	<b>95</b>	<b>8</b>	<b>42</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
<b>обед</b>												
54-25с	суп гороховый	180	5,87	2,52	13428	100	23,94	24,84	1,27	0,12	0,05	3,6
203/2014	макаронные изделия отварные	130/4	4,6	3,7	28,9	170	8,06	6,34	0,64	0,05	0,02	0

99/2014	тефтели из говядины	70/20	9,57	15,05	11,78	221,67	24,66	20,07	0,86	0,05	0,08	0,95
276/2014	компот из смеси сухофруктов	180	0,84	0,05	24,72	98,4	25,82	16,44	0,55	0,01	0,02	0,29
	хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5	15	23	1,15	0,08	0,05	0
<b>итого за обед</b>			<b>24,28</b>	<b>21,92</b>	<b>13516,60</b>	<b>697,57</b>	<b>97,48</b>	<b>90,69</b>	<b>4,47</b>	<b>0,31</b>	<b>0,22</b>	<b>4,84</b>
<b>итого обед в %</b>			<b>128</b>	<b>104</b>	<b>14796</b>	<b>111</b>	<b>31</b>	<b>130</b>	<b>128</b>	<b>98</b>	<b>63</b>	<b>28</b>
<b>полдник</b>												
234/2014	оладьи со сгущенным молоком	70/15	6,4	6	35,4	221	94,59	15,36	0,53	0,07	0,12	0,35
266/2014	чай с сахаром	180	0,12	0,03	5,52	21,6	0,15	0	0,01	0	0	0
<b>итого за полдник</b>			<b>6,52</b>	<b>6,03</b>	<b>40,92</b>	<b>242,60</b>	<b>94,74</b>	<b>15,36</b>	<b>0,54</b>	<b>0,07</b>	<b>0,12</b>	<b>0,35</b>
<b>итого за полдник в %</b>			<b>80</b>	<b>67</b>	<b>105</b>	<b>90</b>	<b>70</b>	<b>51</b>	<b>36</b>	<b>52</b>	<b>80</b>	<b>5</b>
<b>итого за 4 день</b>			<b>43,92</b>	<b>42,01</b>	<b>13641,61</b>	<b>1450,42</b>	<b>423,51</b>	<b>213,45</b>	<b>7,42</b>	<b>0,57</b>	<b>0,72</b>	<b>6,13</b>
<b>итого за 4 день в %</b>			<b>108</b>	<b>93</b>	<b>6969</b>	<b>107</b>	<b>63</b>	<b>142</b>	<b>99</b>	<b>84</b>	<b>96</b>	<b>16</b>

### 5 ДЕНЬ (пятница)

<b>завтрак</b>												
186/2014	каша рисовая молочная жидкая	180/5	4,5	7,02	27,81	193,5	110,6	25,16	0,37	0,05	0,14	0,49
270/2014	кофейный напиток на молоке	180	2,52	2,52	13,2	84	127,03	14,62	0,13	0,04	0,14	0,62
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
<b>итого за завтрак</b>			<b>10,13</b>	<b>13,53</b>	<b>60,94</b>	<b>400,95</b>	<b>249,23</b>	<b>53,93</b>	<b>1,15</b>	<b>0,15</b>	<b>0,31</b>	<b>1,11</b>
<b>итого завтрак в %</b>			<b>75</b>	<b>90</b>	<b>93</b>	<b>89</b>	<b>111</b>	<b>108</b>	<b>46</b>	<b>67</b>	<b>124</b>	<b>9</b>
<b>второй завтрак</b>												
	яблоко	100	0	0	11	46	16	9	2	0	0	10
<b>обед</b>												



	<b>итого за завтрак</b>		<b>12,71</b>	<b>13,95</b>	<b>65,05</b>	<b>423,25</b>	<b>229,73</b>	<b>64,42</b>	<b>2,74</b>	<b>0,20</b>	<b>0,29</b>	<b>0,95</b>
	<b>итого завтрак в %</b>		<b>94</b>	<b>93</b>	<b>100</b>	<b>94</b>	<b>102</b>	<b>129</b>	<b>110</b>	<b>89</b>	<b>116</b>	<b>8</b>
<b>второй завтрак</b>												
	Фруктовый сок		<b>180</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>30</b>	<b>122</b>	<b>9</b>	<b>22</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>
<b>обед</b>												
53/2014	борщ с капустой и картофелем	180/7	1,2	3,48	8,4	69,6	21,24	14,65	0,7	0,02	0,04	5,74
168/2014	каша рассыпчатая рисовая	130/3	3,21	3,12	32,59	174	47,93	52,35	1,05	0,06	0,05	7,35
95/2014	котлета "Здоровье"	70	10,5	8,54	5,6	142,1	26,74	19,89	0,95	0,04	0,11	0,39
277/2014	компот из свежих плодов	180	0,18	0,09	15,48	61,2	5,43	2,82	0,72	0,01	0,01	1,44
	хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5	15	23	1,15	0,08	0,05	0
	<b>итого за обед</b>		<b>18,49</b>	<b>15,83</b>	<b>85,27</b>	<b>554,40</b>	<b>116,34</b>	<b>112,71</b>	<b>4,57</b>	<b>0,21</b>	<b>0,26</b>	<b>14,92</b>
	<b>итого обед в %</b>		<b>98</b>	<b>75</b>	<b>93</b>	<b>88</b>	<b>37</b>	<b>161</b>	<b>131</b>	<b>67</b>	<b>74</b>	<b>85</b>
<b>полдник</b>												
75/2014	суп молочный с макаронными изделиями	180	3,96	3,78	14,31	107,1	97,64	12,97	0,29	0,05	0,12	0,47
268/2014	чай с лимоном и сахаром	180	0,12	0,04	5,64	22,8	2,36	0,66	0,07	0	0	1,01
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
	<b>итого за полдник</b>		<b>7,12</b>	<b>4,18</b>	<b>39,83</b>	<b>220,30</b>	<b>110,40</b>	<b>27,63</b>	<b>1,00</b>	<b>0,11</b>	<b>0,15</b>	<b>1,48</b>
	<b>итого за полдник в %</b>		<b>88</b>	<b>46</b>	<b>102</b>	<b>82</b>	<b>82</b>	<b>92</b>	<b>67</b>	<b>81</b>	<b>100</b>	<b>20</b>
	<b>итого за 6 день</b>		<b>38,82</b>	<b>33,96</b>	<b>219,85</b>	<b>1320,35</b>	<b>465,47</b>	<b>226,36</b>	<b>8,71</b>	<b>0,52</b>	<b>0,80</b>	<b>17,35</b>
	<b>итого за 6 день в %</b>		<b>96</b>	<b>75</b>	<b>112</b>	<b>98</b>	<b>69</b>	<b>151</b>	<b>116</b>	<b>77</b>	<b>107</b>	<b>46</b>

### 7 ДЕНЬ (вторник)

<b>завтрак</b>												
189/2014	каша молочная "Дружба"	180/5	5,63	7,31	30,12	209	114,38	33,63	0,72	0,11	0,14	0,47
270/2014	кофейный напиток на молоке	180	2,52	2,52	13,2	84	127,03	14,62	0,13	0,04	0,14	0,62

	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
<b>итого за завтрак</b>			<b>11,26</b>	<b>13,82</b>	<b>63,25</b>	<b>416,45</b>	<b>253,01</b>	<b>62,40</b>	<b>1,50</b>	<b>0,21</b>	<b>0,31</b>	<b>1,09</b>
<b>итого завтрак в %</b>			<b>83</b>	<b>92</b>	<b>97</b>	<b>93</b>	<b>112</b>	<b>125</b>	<b>60</b>	<b>93</b>	<b>124</b>	<b>9</b>
<b>второй завтрак</b>												
	яблоко	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>46</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
<b>обед</b>												
54-25с	суп гороховый	180	5,87	2,52	13428	100	23,94	24,84	1,27	0,12	0,05	3,6
164/2014	каша рассыпчатая гречневая	120/3	7,28	4,68	29,99	194,13	11,18	105,59	3,62	0,16	0,1	0
80/2014	котлеты рыбные	70	11,34	7,98	9,66	156,8	32,62	20,4	0,74	0,13	0,1	32,62
276/2014	компот из смеси сухофруктов	180	0,84	0,05	24,72	98,4	25,82	16,44	0,55	0,01	0,02	0,29
	хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5	15	23	1,15	0,08	0,05	0
<b>итого за обед</b>			<b>28,73</b>	<b>15,83</b>	<b>13515,57</b>	<b>656,83</b>	<b>108,56</b>	<b>190,27</b>	<b>7,33</b>	<b>0,50</b>	<b>0,32</b>	<b>36,51</b>
<b>итого обед в %</b>			<b>152</b>	<b>75</b>	<b>14795</b>	<b>104</b>	<b>34</b>	<b>272</b>	<b>209</b>	<b>159</b>	<b>91</b>	<b>209</b>
<b>полдник</b>												
200/2014	биточки манные с вареньем	180/18	7,6	7,7	55,5	322	66,82	17,92	1,01	0,08	0,11	0,84
266/2014	чай с сахаром	180	0,12	0,03	5,52	21,6	0,15	0	0,01	0	0	0
<b>итого за полдник</b>			<b>7,72</b>	<b>7,73</b>	<b>61,02</b>	<b>343,60</b>	<b>66,97</b>	<b>17,92</b>	<b>1,02</b>	<b>0,08</b>	<b>0,11</b>	<b>0,84</b>
<b>итого за полдник в %</b>			<b>95</b>	<b>86</b>	<b>156</b>	<b>127</b>	<b>50</b>	<b>60</b>	<b>68</b>	<b>59</b>	<b>73</b>	<b>11</b>
<b>итого за 7 день</b>			<b>48,11</b>	<b>37,38</b>	<b>13651,14</b>	<b>1462,88</b>	<b>444,54</b>	<b>279,59</b>	<b>12,05</b>	<b>0,79</b>	<b>0,74</b>	<b>48,44</b>
<b>итого за 7 день в %</b>			<b>119</b>	<b>83</b>	<b>6974</b>	<b>108</b>	<b>66</b>	<b>186</b>	<b>161</b>	<b>117</b>	<b>99</b>	<b>129</b>

**8 ДЕНЬ (среда)**

**завтрак**

183/2014	каша манная молочная жидкая	180/5	4,56	7,08	21,12	165,6	114,54	15,69	0,29	0,05	0,14	0,5
266/2014	чай с сахаром	180	0,12	0,03	5,52	21,6	0,15	0	0,01	0	0	0
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
	<b>итого за завтрак</b>		<b>12,53</b>	<b>13,31</b>	<b>60,67</b>	<b>409,05</b>	<b>169,42</b>	<b>117,90</b>	<b>3,78</b>	<b>0,26</b>	<b>0,28</b>	<b>0,68</b>
	<b>итого завтрак в %</b>		<b>93</b>	<b>89</b>	<b>93</b>	<b>91</b>	<b>75</b>	<b>236</b>	<b>151</b>	<b>116</b>	<b>112</b>	<b>5</b>
<b>второй завтрак</b>												
	банан	100	2	0	22	95	8	42	1	0	0	10
<b>обед</b>												
64/2014	суп из овощей	180	1,35	3,06	7,74	64,8	15,79	14,76	0,55	0,05	0,04	6,14
54-20м	запеканка картофельная с курицей	150	16,4	9,1	19	223,3	110	70	1,85	0,12	0,13	9,04
226/2014	соус молочный	30	0,6	1,7	2	25	16,29	2,06	0,03	0,01	0,02	0,08
276/2014	компот из смеси сухофруктов	180	0,84	0,05	24,72	98,4	25,82	16,44	0,55	0,01	0,02	0,29
	хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5	15	23	1,15	0,08	0,05	0
	<b>итого за обед</b>		<b>21,75</b>	<b>14,46</b>	<b>75,49</b>	<b>509,48</b>	<b>232,44</b>	<b>161,20</b>	<b>4,59</b>	<b>0,31</b>	<b>0,29</b>	<b>27,74</b>
	<b>итого обед в %</b>		<b>115</b>	<b>69</b>	<b>83</b>	<b>81</b>	<b>74</b>	<b>230</b>	<b>131</b>	<b>98</b>	<b>83</b>	<b>159</b>
<b>полдник</b>												
279/2014	Пирог с картофелем	70	4,70	3,10	28,40	162,00	11,27	9,88	0,64	0,06	0,04	0,39
295/2012	кисель из повидла	180	0,09	0	34,47	133,2	6,88	2,02	0,41	0	0,01	0,14
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
	<b>итого за полдник</b>		<b>7,83</b>	<b>3,46</b>	<b>82,75</b>	<b>385,60</b>	<b>28,55</b>	<b>25,90</b>	<b>1,69</b>	<b>0,12</b>	<b>0,08</b>	<b>0,53</b>
	<b>итого за полдник в %</b>		<b>97</b>	<b>38</b>	<b>211</b>	<b>143</b>	<b>21</b>	<b>86</b>	<b>113</b>	<b>89</b>	<b>53</b>	<b>7</b>
	<b>итого за 8 день</b>		<b>43,61</b>	<b>31,23</b>	<b>240,71</b>	<b>1399,13</b>	<b>438,41</b>	<b>347,00</b>	<b>10,66</b>	<b>0,69</b>	<b>0,75</b>	<b>38,95</b>
	<b>итого за 8 день в %</b>		<b>108</b>	<b>69</b>	<b>123</b>	<b>104</b>	<b>65</b>	<b>231</b>	<b>142</b>	<b>102</b>	<b>100</b>	<b>104</b>

### 9 ДЕНЬ (четверг)

завтрак												
73/2014	суп молочный с крупой рисовой	180	3,15	3,69	13,05	98,1	96,01	15,66	0,18	0,04	0,12	0,47
266/2014	чай с сахаром	180	0,12	0,03	5,52	21,6	0,15	0	0,01	0	0	0
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
	<b>итого за завтрак</b>		<b>9,14</b>	<b>10,44</b>	<b>45,22</b>	<b>304,35</b>	<b>204,92</b>	<b>47,43</b>	<b>1,27</b>	<b>0,12</b>	<b>0,26</b>	<b>0,94</b>
	<b>итого завтрак в %</b>		<b>68</b>	<b>70</b>	<b>69</b>	<b>68</b>	<b>91</b>	<b>95</b>	<b>51</b>	<b>53</b>	<b>104</b>	<b>8</b>
второй завтрак												
	Фруктовый сок	<b>180</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>23</b>	<b>99</b>	<b>36</b>	<b>18</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>7</b>
обед												
51/2014	рассольник ленинградский	180/7	1,56	3,6	11,16	85,2	11,22	16,21	0,61	0,06	0,04	4,82
214/2014	запеканка из творога со сгущенным молоком	130/17	27,5	19,8	35,1	431	274,41	40,37	0,94	0,08	0,42	0,55
277/2014	компот из свежих плодов	200	0,2	0,1	17,2	68	6,03	3,13	0,8	0,01	0,01	1,6
	хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5	15	23	1,15	0,08	0,05	0
	<b>итого за обед</b>		<b>32,66</b>	<b>24,10</b>	<b>86,66</b>	<b>691,70</b>	<b>306,66</b>	<b>82,71</b>	<b>3,50</b>	<b>0,23</b>	<b>0,52</b>	<b>6,97</b>
	<b>итого обед в %</b>		<b>173</b>	<b>115</b>	<b>95</b>	<b>110</b>	<b>97</b>	<b>118</b>	<b>100</b>	<b>73</b>	<b>149</b>	<b>40</b>
полдник												
	Макароны с сыром	140	8,00	7,40	26,70	209,00	139,52	13,02	0,68	0,05	0,06	0,04
	чай с молоком	180	1,3	1,3	10,1	55	47,75	5,43	0,06	0,01	0,05	0,23
	хлеб пшеничный	30	2,28	0,27	14,91	67,8	7,8	10,5	0,48	0,05	0,02	0
	<b>итого за полдник</b>		<b>11,58</b>	<b>8,97</b>	<b>51,71</b>	<b>331,80</b>	<b>195,07</b>	<b>28,95</b>	<b>1,22</b>	<b>0,11</b>	<b>0,13</b>	<b>0,27</b>
	<b>итого за полдник в %</b>		<b>143</b>	<b>100</b>	<b>132</b>	<b>123</b>	<b>144</b>	<b>97</b>	<b>81</b>	<b>81</b>	<b>87</b>	<b>4</b>
	<b>итого за 9 день</b>		<b>54,28</b>	<b>43,51</b>	<b>206,49</b>	<b>1426,85</b>	<b>742,65</b>	<b>177,09</b>	<b>6,39</b>	<b>0,46</b>	<b>1,01</b>	<b>15,38</b>

	итога за 9 день в %	134	97	105	106	110	118	85	68	135	41
--	---------------------	-----	----	-----	-----	-----	-----	----	----	-----	----

<b>10 ДЕНЬ (пятница)</b>												
<b>завтрак</b>												
173/2014	каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	180/4	7,3	8,8	32	238	123,5	60,7	1,5	0,18	0,16	0,46
266/2014	чай с сахаром	180	0,12	0,03	5,52	21,6	0,15	0	0,01	0	0	0
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0
47/2008	масло сливочное	5	0,07	3,63	0,05	33,05	1,2	0,15	0,01	0	0	0
<b>итога за завтрак</b>			<b>12,93</b>	<b>15,31</b>	<b>65,13</b>	<b>445,45</b>	<b>262,13</b>	<b>89,47</b>	<b>2,28</b>	<b>0,28</b>	<b>0,33</b>	<b>1,08</b>
<b>итога завтрак в %</b>			<b>96</b>	<b>102</b>	<b>100</b>	<b>99</b>	<b>117</b>	<b>179</b>	<b>91</b>	<b>124</b>	<b>132</b>	<b>9</b>
<b>второй завтрак</b>												
	яблоко	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>46</b>	<b>16</b>	<b>9</b>	<b>2</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>10</b>
<b>обед</b>												
54-27с	суп с рыбными консервами	180	5,31	6,08	11,29	121	14,22	20,52	0,7	0,06	0,04	4,79
139/2014	капуста тушеная	130	2,86	4,25	12,22	97,93	66,69	25,57	0,98	0,04	0,05	21,41
128/2014	котлеты рубленые из птицы	70/4	10,5	14,84	10,64	219,8	15,3	15,76	1,25	0,06	0,07	0,28
276/2014	компот из смеси сухофруктов	180	0,84	0,05	24,72	98,4	25,82	16,44	0,55	0,01	0,02	0,29
	хлеб ржаной	50	3,4	0,6	23,2	107,5	15	23	1,15	0,08	0,05	0
<b>итога за обед</b>			<b>22,91</b>	<b>25,82</b>	<b>82,07</b>	<b>644,63</b>	<b>137,03</b>	<b>101,29</b>	<b>4,63</b>	<b>0,25</b>	<b>0,23</b>	<b>26,77</b>
<b>итога обед в %</b>			<b>121</b>	<b>123</b>	<b>90</b>	<b>102</b>	<b>44</b>	<b>145</b>	<b>132</b>	<b>79</b>	<b>66</b>	<b>153</b>
<b>полдник</b>												
75/2014	суп молочный с макаронными изделиями	180	3,96	3,78	14,31	107,1	97,64	12,97	0,29	0,05	0,12	0,47
268/2014	чай с лимоном и сахаром	180	0,12	0,04	5,64	22,8	2,36	0,66	0,07	0	0	1,01
	хлеб пшеничный	40	3,04	0,36	19,88	90,4	10,4	14	0,64	0,06	0,03	0

<b>итого за полдник</b>		<b>7,12</b>	<b>4,18</b>	<b>39,83</b>	<b>220,30</b>	<b>110,40</b>	<b>27,63</b>	<b>1,00</b>	<b>0,11</b>	<b>0,15</b>	<b>1,48</b>
<b>итого за полдник в %</b>		<b>88</b>	<b>46</b>	<b>102</b>	<b>82</b>	<b>82</b>	<b>92</b>	<b>67</b>	<b>81</b>	<b>100</b>	<b>20</b>
<b>итого за 10 день</b>		<b>43,36</b>	<b>45,31</b>	<b>198,33</b>	<b>1356,38</b>	<b>525,56</b>	<b>227,39</b>	<b>10,11</b>	<b>0,64</b>	<b>0,71</b>	<b>39,33</b>
<b>итого за 10 день в %</b>		<b>107</b>	<b>101</b>	<b>101</b>	<b>100</b>	<b>78</b>	<b>152</b>	<b>135</b>	<b>95</b>	<b>95</b>	<b>105</b>
в % 1 - 5 дни		116	98	1486	109	75	143	113	94	107	77
в % 6 - 10 дни		113	85	1483	103	78	168	128	92	107	85
в % за 10 дней		114	92	1485	106	77	155	120	93	107	81
НОРМА на завтрак 25 %		13,5	15,0	65,3	450,0	225,0	50,0	2,5	0,2	0,3	12,5
НОРМА на обед 35 %		18,9	21,0	91,4	630,0	315,0	70,0	3,5	0,3	0,4	17,5
НОРМА на полдник 15 %		8,1	9,0	39,2	270,0	135,0	30,0	1,5	0,1	0,2	7,5
НОРМА за день 75%		40,5	45,0	195,8	1350,0	675,0	150,0	7,5	0,7	0,8	37,5
НОРМА за день 100%		54,0	60,0	261,0	1800,0	900,0	200,0	10,0	0,9	1,0	50,0