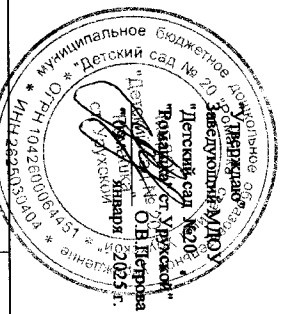


Примерное двухнедельное (10 - дневное) меню на осенне-зимний период для детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 9 и 10,5 часовым пребыванием в

МБДОУ «Детский сад №20 «Ромашка» ст.Урухской»

09.01.2025 год

Дневное меню (10-дневное) меню на весенне-летний период для детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 9 и часовым пребыванием



| Прием пищи | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | № рецептуры |
|--|---|----------|------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------|------|------|-------|--------|--------|--------------------------|-------|-----------------------------|-------------------------------|--|--|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мg | Р | Fe | | | | | |
| 1 день | | | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак: | Яйцо вареное | С | 1/40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0,03 | 0,18 | 0,08 | 0,00 | 22,00 | 0,00 | 76,80 | 1,00 | № 209 МЛМотильный 2005 | | | |
| | | Я | 1/40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0,03 | 0,18 | 0,08 | 0,00 | 22,00 | 0,00 | 76,80 | 1,00 | | | | |
| | Икра свекольная или морковная | С | 110 | 3,03 | 5,98 | 16,03 | 130,13 | 0,00 | 0,00 | 0,67 | 8,75 | 49,70 | 38,52 | 0,00 | 2,29 | № 75 МЛМотильный 2005 | | | |
| | | Я | 130 | 2,57 | 5,06 | 13,56 | 110,11 | 0,00 | 0,00 | 2,46 | 7,41 | 42,07 | 32,59 | 0,00 | 1,94 | | | | |
| | Булочка "Далушка" витаминно-жированная | С | 25 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 35,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,05 | 4,95 | 0,00 | 0,31 | Пром | | | |
| | | Я | 25 | 1,19 | 0,15 | 7,24 | 35,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 4,05 | 4,95 | 0,00 | 0,31 | | | | |
| | Масло сливочное "Крестьянское" 72,5% порциями | С | 7 | 0,06 | 5,08 | 0,10 | 46,20 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,84 | 0,00 | 0,00 | 0,42 | № 122 № 6 МЛМотильный 2005 | | | |
| | | Я | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,03 | 11,10 | 1,40 | 2,78 | 0,01 | | | | |
| | Чай с сахаром | С | 200/11 | 0,07 | 0,02 | 11,10 | 44,40 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,03 | 10,00 | 1,30 | 2,50 | 0,28 | № 392 МЛМотильный 2012 | | | |
| | | Я | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,03 | 10,00 | 1,30 | 2,50 | 0,28 | | | | |
| Итого: сад | С | 402 | 8,26 | 15,68 | 27,53 | 283,73 | 0,03 | 0,18 | 0,77 | 8,78 | 83,64 | 39,92 | 79,58 | 3,72 | № 338 МЛМотильный 2005 | | | | |
| | Я | 360 | 7,77 | 13,31 | 23,92 | 246,11 | 0,03 | 0,18 | 2,56 | 7,44 | 74,67 | 33,89 | 79,30 | 3,23 | | | | | |
| Флоды свежие яблоки | С | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | № 389 МЛМотильный 2005 | | | | |
| | Я | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | | | | | |
| Сок фруктовый яблочный | С | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 83,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | № 98 МЛМотильный 2005 | | | | |
| | Я | 1/200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 83,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | | | | | |
| Суп крестьянский с крупной перловой | С | 200 | 1,63 | 4,20 | 9,09 | 83,27 | 0,09 | 0,06 | 1,14 | 8,88 | 17,05 | 20,00 | 164,00 | 0,53 | № 594-3 АН.Злобинов 2005 | | | | |
| | Я | 150 | 1,22 | 3,15 | 6,82 | 63,95 | 0,07 | 0,05 | 0,90 | 6,66 | 12,78 | 15,00 | 123,00 | 0,40 | | | | | |
| Витос (мясо отварной говядины, тушенное с капустой) | С | 150 | 14,44 | 27,03 | 8,93 | 336,71 | 0,07 | 0,14 | 2,87 | 20,09 | 57,50 | 35,48 | 154,98 | 2,12 | № 521 МЛМотильный 2012 | | | | |
| | Я | 150 | 14,44 | 27,03 | 8,93 | 336,71 | 0,07 | 0,14 | 2,87 | 20,09 | 57,50 | 35,48 | 154,98 | 2,12 | | | | | |
| Компот из свежих плодов яблоки | С | 180 | 0,43 | 0,25 | 12,66 | 54,61 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 2,34 | 13,37 | 3,24 | 0,00 | 0,40 | № 122 А.Я.Перевалов 2012 | | | | |
| | Я | 150 | 0,36 | 0,21 | 10,55 | 45,51 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 1,90 | 11,14 | 2,70 | 0,00 | 0,33 | | | | | |
| Хлеб пшеничный | С | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,25 | 0,06 | 0,02 | 0,56 | 0,00 | 8,05 | 11,55 | 30,47 | 0,70 | № 124 А.Я.Перевалов 2012 | | | | |
| | Я | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,03 | 0,01 | 0,32 | 0,00 | 4,60 | 6,60 | 17,40 | 0,40 | | | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | № 182 МЛМотильный 2005 | | | | |
| | Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | | | | | |
| Итого: сад | С | 602 | 21,63 | 32,21 | 60,42 | 634,09 | 2,17 | 0,27 | 4,83 | 31,31 | 109,92 | 87,66 | 407,91 | 5,19 | № 397 МЛМотильный 2012 | | | | |
| | Я | 500 | 19,52 | 30,91 | 46,16 | 545,37 | 1,78 | 0,24 | 4,30 | 28,65 | 96,52 | 73,88 | 342,78 | 4,42 | | | | | |
| Каша жидкая молочная рисовая, масло сливочное крестьянское 72,5% | С | 150/3,75 | 1,64 | 3,82 | 16,90 | 109,00 | 0,01 | 0,02 | 0,49 | 0,00 | 3,70 | 11,50 | 18,40 | 0,24 | № 182 МЛМотильный 2005 | | | | |
| | Я | 130/3,25 | 1,42 | 3,31 | 14,65 | 94,47 | 0,01 | 0,02 | 0,42 | 0,00 | 3,21 | 9,97 | 15,92 | 0,21 | | | | | |
| Каша с молоком (1 вариант) | С | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 | 0,00 | 0,00 | 0,14 | 0,00 | 109,80 | 16,20 | 108,00 | 0,54 | № 397 МЛМотильный 2012 | | | | |
| | Я | 150 | 3,15 | 2,72 | 12,96 | 89,00 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 91,50 | 13,50 | 90,00 | 0,45 | | | | | |
| Итого: сад | С | 330 | 5,31 | 7,01 | 32,72 | 216,00 | 0,01 | 0,02 | 0,63 | 0,00 | 113,50 | 27,70 | 126,40 | 0,78 | № 182 МЛМотильный 2005 | | | | |
| | Я | 280 | 4,57 | 6,03 | 27,61 | 183,47 | 0,01 | 0,02 | 0,53 | 0,00 | 94,71 | 23,47 | 105,92 | 0,66 | | | | | |
| Всего за день: сад | С | 1334 | 35,20 | 54,90 | 120,67 | 1123,82 | 2,20 | 0,47 | 6,23 | 40,09 | 307,06 | 155,28 | 613,89 | 9,69 | № 182 МЛМотильный 2005 | | | | |
| | Я | 1140 | 31,86 | 50,25 | 97,69 | 974,95 | 1,82 | 0,44 | 7,39 | 36,09 | 265,90 | 131,24 | 528,00 | 8,31 | | | | | |

| Прем пшени | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | № рецептуры |
|---------------|--|-------|------------------|--------|---------|--------------------------------------|--------------|------|------|--------|--------|---------|--------------------------|-------------------------------|-------------------------------|---------------------------|--|--|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мg | Р | Fe | | | | | |
| Завтрак | Каша жидкая молочная крупчатая, масло сливочное крестьянское 72,5% | С | 180/4,5 | 4,15 | 5,48 | 23,71 | 160,80 | 0,12 | 0,05 | 0,27 | 0,00 | 11,88 | 29,64 | 124,92 | 0,98 | № 182 МПМогильный 2005 | | | |
| | | Я | 150/3,75 | 3,46 | 4,57 | 19,76 | 134,00 | 0,10 | 0,04 | 0,50 | 0,00 | 9,90 | 24,70 | 104,10 | 0,82 | | | | |
| | С | 20/15 | 3,68 | 5,10 | 9,87 | 108,11 | 0,04 | 0,05 | 0,40 | 0,06 | 74,75 | 10,42 | 64,93 | 0,55 | № 122 № 7 МПМогильный 2005 | | | | |
| | Я | 15/10 | 2,63 | 3,82 | 8,09 | 77,22 | 0,03 | 0,04 | 0,29 | 0,04 | 53,39 | 7,44 | 46,38 | 0,39 | | | | | |
| | С | 200 | 3,12 | 2,66 | 14,17 | 93,30 | 1,05 | 0,00 | 0,15 | 0,00 | 122,00 | 18,00 | 120,00 | 0,60 | № 395 МПМогильный 2012 | | | | |
| | Я | 180 | 2,81 | 2,39 | 12,75 | 83,90 | 0,94 | 0,00 | 0,14 | 0,00 | 109,80 | 16,20 | 108,00 | 0,54 | | | | | |
| | С | 415 | 10,95 | 13,24 | 47,75 | 362,21 | 1,21 | 0,10 | 0,82 | 0,06 | 208,63 | 58,06 | 309,88 | 2,13 | № 338 МПМогильный 2005 | | | | |
| | Я | 355 | 8,90 | 10,78 | 40,60 | 295,12 | 1,07 | 0,08 | 0,93 | 0,04 | 173,09 | 48,34 | 258,48 | 1,75 | | | | | |
| | С | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | № 389 МПМогильный 2005 | | | | |
| | Я | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | | | | | |
| С | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | № 700 А.Я.Терезаев 2012 | | | | | |
| Я | 1/200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,02 | 0,03 | 0,22 | 1,35 | 6,20 | 6,65 | 13,95 | 0,17 | | | | | | |
| С | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,20 | 0,01 | 0,02 | 0,13 | 0,81 | 3,75 | 3,99 | 8,37 | 0,10 | № 103 МПМогильный 2005 | | | | | |
| Я | 200 | 2,15 | 2,27 | 13,71 | 83,80 | 0,75 | 0,00 | 1,04 | 0,08 | 2,58 | 36,24 | 97,68 | 20,00 | | | | | | |
| С | 150 | 1,61 | 1,70 | 10,28 | 62,85 | 0,56 | 0,00 | 0,78 | 0,06 | 1,94 | 27,18 | 73,26 | 15,00 | № 298 МПМогильный 2012 | | | | | |
| Я | 150 | 10,61 | 6,81 | 15,04 | 164,00 | 0,40 | 0,17 | 1,70 | 0,00 | 15,11 | 16,50 | 68,50 | 1,01 | | | | | | |
| С | 130 | 8,84 | 5,68 | 12,53 | 136,67 | 0,33 | 0,14 | 1,46 | 0,00 | 15,30 | 29,70 | 81,90 | 2,52 | № 522 А.Я.Терезаев 2012 | | | | | |
| Я | 180 | 0,50 | 0,00 | 24,66 | 100,66 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,00 | 12,75 | 24,75 | 68,25 | 2,10 | | | | | | |
| С | 150 | 0,42 | 0,00 | 20,50 | 83,88 | 0,00 | 0,00 | 0,64 | 0,00 | 9,20 | 13,20 | 34,80 | 0,80 | № 122 А.Я.Терезаев 2012 | | | | | |
| Я | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | 0,07 | 0,03 | 0,48 | 0,00 | 6,90 | 9,90 | 26,10 | 0,60 | | | | | | |
| С | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,05 | 0,02 | 0,48 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | № 124 А.Я.Терезаев 2012 | | | | | |
| Я | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 9,90 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | | | | | | |
| С | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | № 217/218 МПМогильный 2005 | | | | | |
| Я | 657 | 19,17 | 9,90 | 86,86 | 514,71 | 3,18 | 0,26 | 3,96 | 1,43 | 64,63 | 122,18 | 365,79 | 26,25 | | | | | | |
| С | 520 | 15,37 | 8,01 | 68,84 | 410,30 | 2,55 | 0,21 | 3,14 | 0,87 | 50,95 | 96,42 | 291,88 | 19,98 | № 327 МПМогильный 2005 | | | | | |
| Я | 120 | 21,21 | 16,93 | 21,08 | 324,70 | 0,03 | 0,03 | 0,77 | 0,00 | 120,11 | 31,20 | 272,40 | 12,03 | | | | | | |
| С | 100 | 16,88 | 13,48 | 16,92 | 258,82 | 0,02 | 0,02 | 0,64 | 0,00 | 90,01 | 26,00 | 227,00 | 4,17 | № 386 МПМогильный 2005 | | | | | |
| Я | 30 | 0,58 | 1,36 | 3,98 | 30,45 | 0,01 | 0,02 | 0,04 | 0,10 | 18,81 | 2,64 | 14,69 | 0,05 | | | | | | |
| С | 30 | 0,58 | 1,36 | 3,98 | 30,45 | 0,01 | 0,02 | 0,04 | 0,10 | 18,81 | 2,64 | 14,69 | 0,05 | № 386 МПМогильный 2005 | | | | | |
| Я | 180 | 5,00 | 3,93 | 7,35 | 85,06 | 0,07 | 0,31 | 0,18 | 1,26 | 216,00 | 25,20 | 162,00 | 0,18 | | | | | | |
| С | 150 | 4,20 | 3,28 | 6,13 | 70,89 | 0,06 | 0,26 | 0,15 | 1,05 | 180,00 | 21,00 | 135,00 | 12,26 | № 386 МПМогильный 2005 | | | | | |
| Я | 330 | 26,79 | 22,22 | 32,41 | 440,21 | 0,11 | 0,36 | 0,99 | 1,36 | 354,92 | 59,04 | 449,09 | 12,26 | | | | | | |
| С | 280 | 21,66 | 18,12 | 27,03 | 360,16 | 0,09 | 0,30 | 0,83 | 1,15 | 288,82 | 49,64 | 376,69 | 4,37 | № 386 МПМогильный 2005 | | | | | |
| Я | 1402 | 56,91 | 45,36 | 167,02 | 1317,13 | 4,50 | 0,72 | 5,77 | 2,85 | 628,18 | 239,28 | 1124,73 | 40,64 | | | | | | |
| С | 1155 | 45,93 | 36,91 | 136,47 | 1065,58 | 3,71 | 0,59 | 4,90 | 2,06 | 512,86 | 194,40 | 927,05 | 26,10 | | | | | | |

| Прямые пшени | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витаминизация, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | № рецептура |
|--------------|--|-------|------------------|-------|--------|--------------------------------|-------------------|------|------|-------|--------|--------|--------------------------|--------|------|---|-----------------------------|--|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мg | Р | Fe | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с овсяными хлопьями, маслом сливочное крестьянское 72,5% | С | 180/2 | 4,33 | 4,57 | 15,14 | 119,16 | 0,10 | 0,19 | 0,24 | 0,68 | 119,11 | 17,29 | 153,20 | 0,18 | № 121 М.П.Мотылькин 2005 | | | |
| | | Я | 150/1,5 | 3,61 | 3,81 | 12,62 | 99,30 | 0,08 | 0,36 | 0,20 | 0,58 | 103,22 | 14,98 | 127,67 | 0,15 | | | | |
| | Бутерброд с повидлом Чай с молоком 2,5% | С | 20/15/5 | 1,58 | 2,51 | 17,54 | 99,27 | 0,03 | 0,02 | 0,32 | 0,07 | 6,93 | 7,20 | 18,71 | 0,56 | № 2 М.П.Мотылькин 2005 № 394 М.П.Мотылькин 2012 | | | |
| | | Я | 15/10/5 | 1,13 | 1,79 | 12,53 | 70,91 | 0,02 | 0,01 | 0,23 | 0,05 | 4,95 | 5,14 | 13,36 | 0,40 | | | | |
| | | С | 150/50/11 | 2,97 | 2,60 | 15,92 | 98,80 | 0,04 | 0,16 | 0,12 | 1,33 | 126,50 | 15,40 | 92,78 | 0,41 | | | | |
| | | Я | 135/45/10 | 2,67 | 2,34 | 14,33 | 89,00 | 0,04 | 0,14 | 0,11 | 1,20 | 113,90 | 13,90 | 83,50 | 0,37 | | | | |
| | | С | 4/5 | 8,88 | 9,68 | 48,68 | 317,23 | 0,17 | 0,37 | 0,68 | 2,08 | 252,54 | 39,89 | 264,69 | 1,15 | | | | |
| | | Я | 3/5 | 7,41 | 7,94 | 39,48 | 259,21 | 0,14 | 0,51 | 0,54 | 1,83 | 222,07 | 34,02 | 224,53 | 0,92 | | | | |
| | | С | 200 | 6,11 | 5,44 | 10,11 | 113,30 | 0,08 | 0,32 | 0,21 | 2,73 | 252,80 | 24,46 | 189,60 | 0,21 | | № 385 М.П.Мотылькин 2005 | | |
| | | Я | 150 | 4,58 | 4,08 | 7,58 | 85,00 | 0,06 | 0,24 | 0,16 | 2,05 | 189,60 | 22,10 | 142,20 | 0,16 | | | | |
| 2- завтрак | Молоко кипяченое 2,5% жирн. | С | 50 | 0,60 | 2,35 | 3,85 | 39,00 | 0,01 | 0,01 | 0,35 | 5,00 | 11,50 | 7,00 | 21,00 | 0,30 | № 75 М.П.Мотылькин 2005 | | | |
| | | Я | 30 | 0,70 | 1,38 | 3,70 | 30,03 | 0,01 | 0,01 | 0,21 | 3,00 | 6,90 | 4,20 | 12,60 | 0,18 | | | | |
| | Овощи соленные (отурец) Суп картофельный с крупной пшенной Плов из птицы | С | 200 | 1,63 | 4,20 | 9,09 | 85,27 | 0,09 | 0,06 | 1,14 | 6,08 | 26,40 | 26,40 | 164,00 | 1,36 | № 101 М.П.Мотылькин 2005 № 291 М.П.Мотылькин 2005 № 383 М.П.Мотылькин 2005 | | | |
| | | Я | 150 | 1,22 | 3,15 | 6,82 | 63,95 | 0,07 | 0,05 | 0,90 | 4,56 | 19,80 | 19,80 | 123,00 | 1,02 | | | | |
| | | С | 150 | 14,17 | 11,96 | 25,08 | 264,40 | 0,06 | 0,13 | 5,60 | 0,38 | 31,59 | 32,62 | 150,00 | 1,47 | | | | |
| | | Я | 180 | 0,11 | 0,00 | 27,11 | 108,90 | 0,01 | 0,01 | 0,09 | 1,55 | 13,03 | 3,24 | 3,96 | 0,85 | | | | |
| | | С | 150 | 0,09 | 0,00 | 22,59 | 90,75 | 0,01 | 0,01 | 0,08 | 0,20 | 10,85 | 2,70 | 3,30 | 0,71 | | | | |
| | | Я | 40 | 3,04 | 0,52 | 19,68 | 94,00 | 0,07 | 0,03 | 0,64 | 0,00 | 6,90 | 9,90 | 26,10 | 0,60 | | | | |
| | | С | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,05 | 0,02 | 0,48 | 0,00 | 6,90 | 9,90 | 26,10 | 0,60 | | | | |
| | | Я | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | | | | |
| Обед | Кнесьль из повидла | С | 180 | 0,09 | 0,00 | 27,11 | 108,90 | 0,01 | 0,01 | 0,09 | 1,55 | 13,03 | 3,24 | 3,96 | 0,85 | № 122 А.Я.Деревалов 2012 | | | |
| | | Я | 40 | 3,04 | 0,52 | 19,68 | 94,00 | 0,07 | 0,03 | 0,64 | 0,00 | 6,90 | 9,90 | 26,10 | 0,60 | | | | |
| | Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный | С | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,05 | 0,02 | 0,48 | 0,00 | 6,90 | 9,90 | 26,10 | 0,60 | № 124 А.Я.Деревалов 2012 | | | |
| | | Я | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | | | | |
| | | С | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | | | | |
| | | Я | 657 | 22,02 | 19,28 | 97,33 | 656,82 | 2,17 | 0,27 | 8,08 | 13,01 | 105,67 | 99,85 | 432,22 | 6,22 | | | | |
| | | С | 540 | 20,44 | 17,09 | 82,97 | 571,83 | 1,79 | 0,24 | 7,48 | 9,23 | 86,54 | 83,32 | 362,40 | 5,15 | | | | |
| | | Я | 60 | 3,63 | 4,24 | 21,90 | 140,12 | 0,06 | 0,04 | 0,75 | 0,09 | 7,90 | 0,72 | 35,10 | 0,46 | | | | |
| | | С | 60 | 3,63 | 4,24 | 21,90 | 140,12 | 0,06 | 0,04 | 0,75 | 0,09 | 7,90 | 0,72 | 35,10 | 0,46 | | | | |
| | | Я | 200/1/9 | 0,13 | 0,02 | 11,30 | 45,30 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,10 | 5,40 | 0,00 | 0,00 | 0,80 | | | | |
| Подливки | Чай с лимоном | С | 150/7/4 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,00 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,10 | 5,86 | 0,00 | 0,00 | 0,72 | № 557 А.Я.Деревалов 2012 № 393 М.П.Мотылькин 2012 | | | |
| | | Я | 260 | 3,76 | 4,26 | 33,20 | 185,62 | 0,06 | 0,05 | 0,75 | 0,19 | 13,30 | 0,72 | 35,10 | 1,26 | | | | |
| | С | 1332 | 34,66 | 4,25 | 29,00 | 169,12 | 0,06 | 0,05 | 0,75 | 0,19 | 13,76 | 0,72 | 35,10 | 1,18 | | | | | |
| | Я | 1105 | 31,55 | 29,28 | 151,45 | 1000,16 | 1,99 | 0,80 | 8,77 | 11,25 | 322,37 | 118,06 | 622,03 | 7,25 | | | | | |

3 дня

| Пример пищи | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | № рецептуры |
|----------------------|--|-------|------------------|-------|-------|--------------------------------|--------------|------|------|-------|--------|--------|--------------------------|--------|-------------------------------------|---------------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мг | Р | Fe | | |
| Завтрак | Каша молочная пшеничная жидкая. Масло сливочное крестьянское 72,5% | С | 180/4,5 | 6,68 | 6,53 | 32,75 | 219,36 | 0,12 | 0,05 | 0,27 | 0,00 | 128,26 | 26,76 | 124,92 | 1,79 | № 279 А.Я.Терезов 2012 |
| | | Я | 150/3,75 | 5,57 | 5,44 | 27,29 | 182,80 | 0,10 | 0,04 | 0,50 | 1,24 | 106,88 | 22,30 | 104,10 | 1,49 | |
| | Хлеб пшеничный. Масло сливочное крестьянское 72,5% порциями | С | 20/7 | 1,66 | 5,10 | 9,87 | 91,80 | 0,03 | 0,02 | 0,34 | 0,00 | 6,28 | 6,68 | 19,64 | 0,42 | № 122 № 6 М.П.Могильный 2005 |
| | | Я | 15/5 | 2,13 | 3,78 | 7,31 | 68,00 | 0,02 | 0,01 | 0,25 | 0,00 | 4,65 | 4,65 | 14,55 | 0,31 | |
| | Какао с молоком (1 вариант) | С | 200 | 4,20 | 3,63 | 7,28 | 118,67 | 0,00 | 0,00 | 0,15 | 0,00 | 122,00 | 18,00 | 120,00 | 0,60 | № 397 М.П.Могильный 2012 |
| | | Я | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 | 0,00 | 0,00 | 0,14 | 0,00 | 109,80 | 16,20 | 108,00 | 0,54 | |
| | Итого: сад | С | 407 | 12,54 | 15,26 | 49,90 | 429,83 | 0,15 | 0,07 | 0,76 | 0,00 | 256,54 | 51,44 | 264,56 | 2,81 | № 338 М.П.Могильный 2005 |
| | | Я | 350 | 11,37 | 12,41 | 50,42 | 357,80 | 0,12 | 0,05 | 0,89 | 1,24 | 221,33 | 43,15 | 226,65 | 2,34 | |
| | Итого: вески | С | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | № 389 М.П.Могильный 2005 |
| | | Я | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | |
| 2-завтрак: | Сок фруктовый желейный | С | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | № 102 М.П.Могильный 2005 |
| | | Я | 1/200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | |
| Обед | Суп картофельный с бобовыми | С | 200 | 4,39 | 4,21 | 13,08 | 107,80 | 0,05 | 0,04 | 0,68 | 8,00 | 36,80 | 23,60 | 147,20 | 0,06 | № 115 М.П.Могильный 2012 |
| | | Я | 150 | 3,29 | 3,16 | 9,79 | 80,85 | 0,05 | 0,04 | 0,76 | 7,20 | 33,12 | 21,24 | 132,50 | 0,05 | |
| | Ренки из пшеничного хлеба | С | 30 | 3,74 | 0,48 | 22,82 | 110,46 | 0,08 | 0,03 | 0,26 | 0,00 | 10,88 | 15,60 | 41,11 | 0,95 | № 239 М.П.Могильный 2005 |
| | | Я | 20 | 2,49 | 0,32 | 15,21 | 73,64 | 0,05 | 0,02 | 0,51 | 0,00 | 7,25 | 10,40 | 27,41 | 0,63 | |
| | Тфелеги рыбные с соусом сметано-помидарным | С | 70 | 6,19 | 1,44 | 6,43 | 63,38 | 0,06 | 0,13 | 5,60 | 0,22 | 19,36 | 21,35 | 150,00 | 0,50 | № 336 М.П.Могильный 2005 |
| | | Я | 50 | 4,42 | 1,03 | 4,59 | 45,27 | 0,04 | 0,09 | 4,00 | 0,16 | 13,83 | 15,25 | 107,14 | 0,36 | |
| | Капустя тушеная | С | 130 | 2,68 | 4,21 | 12,26 | 97,63 | 0,12 | 0,07 | 1,30 | 0,00 | 27,70 | 33,00 | 121,33 | 2,70 | № 521 М.П.Могильный 2005 |
| | | Я | 110 | 2,27 | 3,56 | 10,37 | 82,61 | 0,10 | 0,06 | 1,26 | 0,00 | 23,40 | 27,90 | 102,66 | 2,35 | |
| | Компот из свежих плодов яблоки | С | 180 | 0,43 | 0,25 | 12,66 | 54,61 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 1,90 | 11,14 | 2,70 | 0,00 | 0,40 | № 122 М.П.Могильный 2012 |
| | | Я | 150 | 0,36 | 0,21 | 10,55 | 45,51 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 0,00 | 3,45 | 4,95 | 13,05 | 0,30 | |
| Хлеб пшеничный | С | 15 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 | 0,02 | 0,02 | 0,24 | 0,00 | 2,30 | 3,30 | 8,70 | 0,20 | № 124 А.Я.Терезов 2012 | |
| | Я | 10 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,50 | 0,02 | 0,01 | 0,16 | 0,00 | 1,39 | 1,73 | 58,46 | 1,44 | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | № 124 А.Я.Терезов 2012 | |
| | Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | | |
| Итого: сад | С | 742 | 19,01 | 9,02 | 78,47 | 472,25 | 2,17 | 0,28 | 7,71 | 12,74 | 113,84 | 97,23 | 430,01 | 4,12 | № 137 М.П.Могильный 2012 | |
| | Я | 580 | 13,69 | 6,40 | 57,23 | 342,27 | 1,76 | 0,21 | 5,59 | 10,57 | 87,76 | 73,65 | 335,26 | 3,02 | | |
| Итого: вески | С | 130 | 1,97 | 9,19 | 12,08 | 139,20 | 0,06 | 0,06 | 0,39 | 6,84 | 31,82 | 6,93 | 22,50 | 0,73 | № 602, 603, 604 А.Я.Терезов 2012 | |
| | Я | 110 | 1,67 | 7,78 | 10,22 | 117,80 | 0,05 | 0,05 | 0,33 | 5,78 | 26,92 | 5,86 | 19,10 | 0,62 | | |
| Получник | Хлеб пшеничный | С | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 | 0,03 | 0,02 | 0,31 | 0,00 | 4,35 | 3,09 | 9,11 | 0,31 | № 122 А.Я.Терезов 2012 |
| | | Я | 15 | 1,12 | 1,47 | 11,16 | 62,50 | 0,02 | 0,02 | 0,24 | 0,00 | 3,45 | 4,95 | 13,05 | 0,30 | |
| Итого: сад | Чай с сахаром | С | 200/11 | 0,07 | 0,02 | 11,10 | 44,40 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,03 | 11,10 | 1,40 | 2,78 | 0,31 | № 392 М.П.Могильный 2012 |
| | | Я | 150/7 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,03 | 10,00 | 1,30 | 2,50 | 0,28 | |
| Итого: вески | Всего за день: сад | С | 375 | 5,43 | 12,27 | 52,88 | 343,95 | 0,11 | 0,10 | 0,96 | 6,87 | 55,07 | 19,46 | 56,54 | 1,97 | № 122 А.Я.Терезов 2012 |
| | | Я | 285 | 3,61 | 9,35 | 36,29 | 243,80 | 0,09 | 0,07 | 0,67 | 5,81 | 43,57 | 13,55 | 39,41 | 1,41 | |
| Итого: сад | Всего за день: вески | С | 1524 | 36,98 | 36,55 | 181,25 | 1246,03 | 2,42 | 0,45 | 9,43 | 19,61 | 425,45 | 168,13 | 751,11 | 8,90 | № 122 А.Я.Терезов 2012 |
| | | Я | 1215 | 28,67 | 28,16 | 143,94 | 943,87 | 1,97 | 0,33 | 7,15 | 17,62 | 352,66 | 130,35 | 601,32 | 6,77 | |

| Проект пищи | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | | | № рецептуры |
|-------------|---|-------|------------------|--------|---------|--------------------------------|--------------|------|-------|--------|--------|--------|--------------------------|--------------------|------|--------------------|--|--|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мg | Р | Fe | | | | | |
| Завтрак | Суп молочный с крупой рисовой, маслом сливочное крестьянское 72,5% Хлеб пшеничный. Масло сливочное крестьянское 72,5% Порциями | С | 180/2 | 4,33 | 4,57 | 15,14 | 119,16 | 0,10 | 0,19 | 0,24 | 0,68 | 119,11 | 17,29 | 153,20 | 0,18 | № 121 | | | |
| | | Я | 150/1,5 | 3,61 | 3,81 | 12,62 | 99,30 | 0,08 | 0,36 | 0,20 | 0,58 | 103,22 | 14,98 | 127,67 | 0,15 | М.П.Могильный 2005 | | | |
| | | С | 20/7 | 1,66 | 5,10 | 9,87 | 91,80 | 0,03 | 0,02 | 0,34 | 0,00 | 6,28 | 6,68 | 19,64 | 0,42 | № 122 № 6 | | | |
| | | Я | 15/5 | 2,13 | 3,78 | 7,31 | 68,00 | 0,02 | 0,01 | 0,25 | 0,00 | 4,65 | 4,65 | 14,55 | 0,31 | М.П.Могильный 2005 | | | |
| | | С | 200/1/18 | 0,13 | 0,02 | 11,30 | 45,50 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,10 | 5,40 | 0,00 | 0,00 | 0,80 | № 393 | | | |
| | | Я | 180/10/7 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,00 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,10 | 5,86 | 0,00 | 0,00 | 0,72 | М.П.Могильный 2012 | | | |
| | | С | 40/7 | 6,12 | 9,69 | 36,31 | 256,46 | 0,13 | 0,22 | 0,58 | 0,78 | 130,79 | 23,97 | 172,84 | 1,40 | № 338 | | | |
| | | Я | 350 | 5,81 | 7,60 | 27,03 | 196,30 | 0,10 | 0,38 | 0,45 | 0,68 | 113,73 | 19,63 | 142,22 | 1,18 | М.П.Могильный 2005 | | | |
| | | С | 1/1/00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 0,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | № 389 | | | |
| | | Я | 1/1/00 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | М.П.Могильный 2005 | | | |
| | | С | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | М.П.Могильный 2005 | | | |
| | | Я | 1/2/00 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 11,50 | 7,00 | 21,00 | 0,30 | № 75 | | | |
| 2-завтрак: | Сок фруктовый клубничный Икра свеколная Борщ с капустой и картофелем Паштучки с чесночком Салать с луком Пюре картофельное или картофель отварной Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Итого: сал Итого: ясли Шанжека наливная Молоко кипяченое 2,5% жирн. Итого: сал Итого: ясли Всего за день: сал Всего за день: ясли | С | 50 | 0,60 | 2,35 | 3,85 | 39,00 | 0,01 | 0,01 | 0,35 | 5,00 | 11,50 | 7,00 | 21,00 | 0,30 | М.П.Могильный 2005 | | | |
| | | Я | 30 | 0,70 | 1,38 | 3,70 | 30,03 | 0,01 | 0,01 | 0,21 | 3,00 | 6,90 | 4,20 | 12,60 | 0,18 | № 57 | | | |
| | | С | 200 | 1,45 | 3,93 | 10,20 | 85,00 | 0,05 | 0,05 | 0,80 | 16,88 | 40,00 | 18,40 | 74,40 | 0,68 | М.П.Могильный 2012 | | | |
| | | Я | 150 | 1,09 | 2,95 | 7,65 | 61,50 | 0,05 | 0,05 | 0,72 | 15,20 | 36,00 | 16,56 | 66,96 | 0,61 | № 184 | | | |
| | | С | 20 | 1,20 | 0,80 | 8,40 | 43,10 | 0,03 | 0,01 | 0,32 | 0,04 | 4,36 | 1,80 | 16,26 | 0,16 | А.И.Знобов 2005 | | | |
| | | Я | 20 | 1,20 | 0,80 | 8,40 | 43,10 | 0,03 | 0,01 | 0,32 | 3,19 | 43,80 | 0,00 | 0,00 | 0,16 | № 76 А.И.Перевалов | | | |
| | | С | 100 | 10,11 | 7,99 | 4,24 | 129,31 | 0,02 | 0,17 | 1,04 | 3,19 | 43,80 | 0,00 | 0,00 | 0,84 | № 2012 | | | |
| | | Я | 100 | 10,11 | 7,99 | 4,24 | 129,31 | 0,02 | 0,17 | 1,04 | 2,05 | 25,81 | 32,25 | 73,92 | 0,84 | № 312/125 | | | |
| | | С | 130 | 2,65 | 4,16 | 17,71 | 118,95 | 0,05 | 0,34 | 0,42 | 1,90 | 15,60 | 13,00 | 26,86 | 0,33 | М.П.Могильный 2005 | | | |
| | | Я | 110 | 2,25 | 3,52 | 14,98 | 100,65 | 0,04 | 0,28 | 0,35 | 1,60 | 13,20 | 11,00 | 22,70 | 0,28 | № 572 | | | |
| | | С | 180 | 0,50 | 0,00 | 24,66 | 100,66 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 15,30 | 29,70 | 81,90 | 2,52 | А.И.Перевалов 2012 | | | |
| | | Я | 150 | 0,42 | 0,00 | 20,50 | 83,88 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,00 | 12,75 | 24,75 | 68,25 | 2,10 | № 122 | | | |
| С | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,03 | 0,02 | 0,32 | 0,00 | 4,60 | 6,60 | 17,40 | 0,40 | А.И.Перевалов 2012 | | | | | |
| Я | 10 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,50 | 0,02 | 0,01 | 0,16 | 0,00 | 2,30 | 3,30 | 8,70 | 0,20 | № 124 | | | | | |
| С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | А.И.Перевалов 2012 | | | | | |
| Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | А.И.Перевалов 2012 | | | | | |
| С | 70/7 | 20,50 | 19,84 | 91,42 | 628,27 | 2,13 | 0,64 | 3,61 | 27,01 | 149,11 | 93,89 | 296,28 | 6,67 | № 564 | | | | | |
| Я | 550 | 18,51 | 17,08 | 74,41 | 524,17 | 1,76 | 0,55 | 2,79 | 25,04 | 151,26 | 106,16 | 300,53 | 5,54 | А.И.Перевалов 2012 | | | | | |
| С | 60 | 4,69 | 4,14 | 30,28 | 177,19 | 0,08 | 0,06 | 1,03 | 0,06 | 20,73 | 0,00 | 55,60 | 0,58 | № 385 | | | | | |
| Я | 60 | 4,69 | 4,14 | 30,28 | 177,19 | 0,08 | 0,06 | 1,03 | 0,06 | 20,73 | 0,00 | 55,60 | 0,58 | М.П.Могильный 2005 | | | | | |
| С | 200 | 6,11 | 5,44 | 10,11 | 113,30 | 0,08 | 0,32 | 0,21 | 2,73 | 252,80 | 24,46 | 189,60 | 0,21 | | | | | | |
| Я | 150 | 4,58 | 4,08 | 7,58 | 85,00 | 0,06 | 0,24 | 0,16 | 2,05 | 189,60 | 22,10 | 142,20 | 0,16 | | | | | | |
| С | 260 | 10,80 | 9,58 | 40,39 | 290,49 | 0,16 | 0,38 | 1,24 | 2,79 | 273,53 | 24,46 | 245,20 | 0,79 | | | | | | |
| Я | 210 | 9,27 | 8,22 | 37,86 | 262,19 | 0,14 | 0,30 | 1,19 | 2,11 | 210,33 | 22,10 | 197,80 | 0,74 | | | | | | |
| С | 1374 | 37,42 | 39,11 | 168,12 | 1175,22 | 2,42 | 1,24 | 5,43 | 30,58 | 553,43 | 142,32 | 714,32 | 8,86 | | | | | | |
| Я | 1110 | 33,59 | 32,90 | 139,30 | 982,66 | 2,00 | 1,23 | 4,43 | 27,83 | 475,32 | 147,89 | 640,55 | 7,46 | | | | | | |

5 дней

| Применение пищи | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | № рецептуры |
|--|--|----------|------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------|------|------|-------|--------|--------|--------------------------|--------|------------------------------|---------------------------------|--------------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мг | Р | Fe | | | |
| 6 День | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Неделя 2 | | | | | | | | | | | | | | | | | |
| Завтрак | Яйцо вареное | С | 1/40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0,03 | 0,18 | 0,08 | 0,00 | 22,00 | 0,00 | 76,80 | 1,00 | № 209 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 1/40 | 5,10 | 4,60 | 0,30 | 63,00 | 0,03 | 0,18 | 0,08 | 0,00 | 22,00 | 0,00 | 76,80 | 1,00 | | |
| | Рыбу на овощах | С | 130 | 1,97 | 9,19 | 12,08 | 139,20 | 0,06 | 0,06 | 0,39 | 6,84 | 31,82 | 6,93 | 22,50 | 0,73 | М.П.Могильный 2012 | |
| | | Я | 110 | 1,67 | 7,78 | 10,22 | 117,80 | 0,05 | 0,05 | 0,33 | 5,78 | 26,92 | 5,86 | 19,10 | 0,62 | | |
| | Булочка "Ладушка" витаминно-кормовая. Масло сливочное 72,5% порциями | С | 25/7 | 1,66 | 5,10 | 9,87 | 91,80 | 0,04 | 0,02 | 0,39 | 0,00 | 6,28 | 6,68 | 23,28 | 0,42 | Пром. № 1 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 25/5 | 1,23 | 3,78 | 7,31 | 68,00 | 0,03 | 0,02 | 0,37 | 0,00 | 4,65 | 4,95 | 21,83 | 0,31 | | |
| | Чай с сахаром | С | 200/11 | 0,07 | 0,02 | 11,10 | 44,40 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,03 | 11,10 | 1,40 | 2,78 | 0,31 | М.П.Могильный 2012 |
| | | Я | 180/10 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,02 | 0,03 | 10,00 | 1,30 | 2,50 | 0,28 | |
| | Итого: сад | С | 402 | 8,80 | 18,91 | 33,35 | 338,40 | 0,13 | 0,26 | 0,88 | 6,87 | 71,20 | 15,01 | 125,36 | 2,46 | № 338 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 360 | 8,06 | 16,18 | 27,82 | 288,80 | 0,11 | 0,25 | 0,80 | 5,81 | 63,57 | 12,11 | 120,23 | 2,21 | | |
| Итого: лески | С | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | | | |
| Итого: свежие или | С | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 1/200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | | | |
| Итого: фрутовый | С | 50 | 0,40 | 0,05 | 1,25 | 7,00 | 0,02 | 0,03 | 0,22 | 1,35 | 6,20 | 6,55 | 13,95 | 0,17 | № 70 А.Я.Перевалов 2012 | | |
| | Я | 30 | 0,24 | 0,03 | 0,75 | 4,20 | 0,01 | 0,02 | 0,13 | 0,81 | 3,75 | 3,99 | 8,37 | 0,10 | | | |
| Итого: соевые (отруби) | С | 200 | 1,67 | 2,69 | 9,71 | 69,80 | 0,24 | 0,72 | 1,80 | 8,40 | 34,40 | 26,40 | 136,00 | 1,44 | № 108 М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 150 | 1,26 | 2,02 | 7,28 | 52,55 | 0,18 | 0,54 | 1,35 | 6,30 | 25,80 | 19,80 | 102,00 | 1,08 | | | |
| Итого: картофельный с клееками | С | 150 | 7,13 | 4,62 | 13,74 | 125,80 | 0,60 | 0,00 | 0,80 | 6,12 | 2,02 | 28,30 | 76,30 | 15,60 | № 1022 Пяталев-трейк 2005 | | |
| | Я | 150 | 7,13 | 4,62 | 13,74 | 125,80 | 0,60 | 0,00 | 0,80 | 6,12 | 2,02 | 28,30 | 76,30 | 15,60 | | | |
| Итого: жаркое из кур (вариант 2) | С | 180 | 0,11 | 0,00 | 27,11 | 108,90 | 0,01 | 0,01 | 0,09 | 1,55 | 13,03 | 3,24 | 3,96 | 0,85 | № 383 М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 150 | 0,09 | 0,00 | 22,59 | 90,75 | 0,01 | 0,01 | 0,08 | 1,29 | 10,85 | 2,70 | 3,30 | 0,71 | | | |
| Итого: кисель из товыдла | С | 35 | 2,66 | 0,28 | 17,22 | 82,25 | 0,06 | 0,02 | 0,56 | 0,00 | 4,60 | 6,60 | 17,40 | 0,40 | № 122 А.Я.Перевалов 2012 | | |
| | Я | 20 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,03 | 0,01 | 0,32 | 0,00 | 2,60 | 3,95 | 17,39 | 58,46 | | 1,44 | |
| Итого: хлеб пшеничный | С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | № 124 А.Я.Перевалов 2012 | | |
| | Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | | | |
| Итого: хлеб ржано-пшеничный | С | 652 | 14,44 | 8,09 | 81,55 | 459,00 | 2,87 | 0,82 | 3,73 | 17,42 | 77,65 | 93,53 | 319,14 | 20,20 | № 182 | | |
| | Я | 530 | 12,22 | 7,19 | 64,22 | 372,30 | 2,43 | 0,61 | 2,89 | 14,52 | 57,52 | 75,49 | 254,77 | 19,06 | | | |
| Итого: каша | С | 150/3,75 | 3,46 | 4,57 | 19,76 | 134,00 | 0,04 | 0,02 | 0,83 | 0,00 | 9,90 | 24,70 | 37,50 | 0,82 | № 395 М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 130/3,25 | 3,00 | 3,96 | 17,13 | 116,13 | 0,03 | 0,02 | 0,72 | 0,00 | 8,58 | 21,41 | 32,50 | 0,71 | | | |
| Итого: кофеинный напиток с молоком (1 вариант) | С | 180 | 2,81 | 2,39 | 12,75 | 83,90 | 0,94 | 0,00 | 0,14 | 0,00 | 109,80 | 16,20 | 108,00 | 0,54 | № 395 М.П.Могильный 2012 | | |
| | Я | 150 | 2,34 | 2,00 | 10,63 | 70,00 | 0,78 | 0,00 | 0,12 | 0,00 | 91,50 | 13,50 | 90,00 | 0,45 | | | |
| Итого: салат | С | 330 | 6,27 | 6,96 | 32,51 | 217,90 | 0,98 | 0,02 | 0,97 | 0,00 | 119,70 | 40,90 | 145,50 | 1,36 | № 395 М.П.Могильный 2012 | | |
| | Я | 280 | 5,34 | 5,96 | 27,76 | 186,13 | 0,82 | 0,02 | 0,84 | 0,00 | 100,08 | 34,91 | 122,50 | 1,16 | | | |
| Итого: салат | С | 1384 | 29,51 | 33,96 | 147,41 | 1015,30 | 3,98 | 1,10 | 5,58 | 24,29 | 268,55 | 149,44 | 590,00 | 24,02 | № 395 М.П.Могильный 2012 | | |
| | Я | 1170 | 25,62 | 29,33 | 119,80 | 847,23 | 3,36 | 0,88 | 4,53 | 20,33 | 221,17 | 122,51 | 497,50 | 22,43 | | | |

| Прям прием пищи | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | № рецептуры |
|---|---|-----------------------------|------------------|-------|--------|--------------------------------|--------------|--------|-------|-------|--------|--------|--------------------------|--------|-----------------------------|-----------------------------|-----------------------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мg | Р | Fe | | | |
| Завтрак | Суп молочный с крупой ячневой, масло сливочное крестьянское 72,5% | С | 180/2 | 4,33 | 4,57 | 15,14 | 119,16 | 0,10 | 0,19 | 0,24 | 0,68 | 119,11 | 17,29 | 133,20 | 0,18 | №121 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 150/1,5 | 3,61 | 3,81 | 12,62 | 99,30 | 0,08 | 0,36 | 0,20 | 0,58 | 103,22 | 14,98 | 127,67 | 0,15 | | |
| | Хлеб пшеничный Сыр Российский м.ж 50% порция | С | 20/15 | 3,68 | 5,35 | 11,33 | 108,11 | 0,04 | 0,05 | 0,40 | 0,06 | 74,75 | 10,42 | 64,93 | 0,55 | №397 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 15/10 | 2,63 | 3,82 | 8,09 | 77,22 | 0,03 | 0,04 | 0,29 | 0,04 | 53,39 | 7,44 | 46,38 | 0,39 | | |
| | Какао с молоком (1 вариант) | С | 200 | 4,20 | 3,63 | 7,28 | 118,67 | 0,00 | 0,00 | 0,15 | 0,00 | 122,00 | 18,00 | 120,00 | 0,50 | №385 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 180 | 3,67 | 3,19 | 15,82 | 107,00 | 0,00 | 0,00 | 0,14 | 0,00 | 109,80 | 16,20 | 108,00 | 0,54 | | |
| | 2- завтрак | Итого: сад | С | 415 | 12,21 | 13,55 | 33,75 | 345,94 | 0,14 | 0,24 | 0,79 | 0,74 | 315,86 | 45,71 | 338,13 | 1,33 | № 279 М.П.Могильный 2005 |
| | | | Я | 355 | 9,91 | 10,82 | 36,53 | 283,52 | 0,11 | 0,40 | 0,63 | 0,62 | 266,41 | 36,62 | 282,05 | 1,08 | |
| | | Молоко кипяченое 2,5% жирн. | С | 200 | 6,11 | 5,44 | 10,11 | 113,30 | 0,08 | 0,32 | 0,21 | 2,73 | 252,80 | 24,46 | 189,60 | 0,21 | № 331 М.П.Могильный 2005 |
| | | | Я | 150 | 4,38 | 4,08 | 7,58 | 85,00 | 0,06 | 0,24 | 0,16 | 2,05 | 189,60 | 22,10 | 142,20 | 0,16 | |
| Овощи отварные с маслом (свежа, морковь, кабачки) | | С | 50 | 0,60 | 2,35 | 3,85 | 39,00 | 0,01 | 0,01 | 0,35 | 5,00 | 11,50 | 7,00 | 21,00 | 0,30 | № 101 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 30 | 0,70 | 1,38 | 3,70 | 30,03 | 0,01 | 0,01 | 0,21 | 3,00 | 6,90 | 4,20 | 12,60 | 0,18 | | |
| Суп картофельный с крупой пшеничной | | С | 200 | 1,63 | 4,20 | 9,09 | 85,27 | 0,09 | 0,06 | 1,14 | 6,08 | 26,40 | 26,40 | 164,00 | 1,36 | № 279 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 150 | 1,22 | 3,15 | 6,82 | 63,95 | 0,07 | 0,05 | 0,90 | 4,56 | 19,80 | 19,80 | 123,00 | 1,02 | | |
| Тфрегли 2-ой вариант | | С | 70 | 11,48 | 18,90 | 17,09 | 284,20 | 0,07 | 0,12 | 2,80 | 0,00 | 15,75 | 22,75 | 113,75 | 1,05 | № 331 М.П.Могильный 2005 | |
| | | Я | 50 | 8,20 | 13,50 | 12,20 | 203,00 | 0,05 | 0,09 | 2,00 | 0,00 | 11,25 | 16,25 | 81,25 | 0,75 | | |
| Соус сметанный с томатам | С | 30 | 0,53 | 1,50 | 2,11 | 24,03 | 0,02 | 0,03 | 6,00 | 18,00 | 9,00 | 6,00 | 12,00 | 0,24 | № 203 М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 30 | 0,53 | 1,50 | 2,11 | 24,03 | 0,02 | 0,03 | 6,00 | 18,00 | 9,00 | 6,00 | 12,00 | 0,24 | | | |
| Макаронные изделия отварные с маслом | С | 130 | 4,76 | 3,65 | 22,85 | 143,40 | 0,12 | 0,07 | 1,48 | 0,00 | 27,70 | 33,00 | 121,33 | 2,77 | № 521 М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 110 | 4,03 | 3,09 | 19,33 | 121,30 | 0,10 | 0,06 | 1,25 | 0,00 | 23,50 | 27,90 | 102,70 | 2,35 | | | |
| Компот на свежих плодах яблоки | С | 180 | 0,43 | 0,25 | 12,66 | 54,61 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 2,34 | 13,37 | 3,24 | 0,00 | 0,40 | № 122 А.Я.Перевалов 2012 | | |
| | Я | 150 | 0,36 | 0,21 | 10,55 | 45,51 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 1,90 | 11,14 | 2,70 | 0,00 | 0,33 | | | |
| Хлеб пшеничный | С | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | 0,07 | 0,03 | 0,64 | 0,00 | 9,20 | 13,20 | 34,80 | 0,80 | № 124 А.Я.Перевалов 2012 | | |
| | Я | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,05 | 0,02 | 0,48 | 0,00 | 6,90 | 9,90 | 26,10 | 0,60 | | | |
| Хлеб ржано-пшеничный | С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | № 223 М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | | | |
| Итого: сад | С | 737 | 24,94 | 31,62 | 99,85 | 789,76 | 2,32 | 0,36 | 12,67 | 31,42 | 126,87 | 128,98 | 525,34 | 8,36 | № 327 М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 580 | 19,30 | 23,43 | 79,49 | 610,52 | 1,90 | 0,28 | 11,05 | 27,46 | 98,99 | 100,85 | 405,05 | 6,64 | | | |
| Итого: ясли | С | 120 | 21,05 | 14,46 | 20,58 | 296,48 | 0,06 | 0,04 | 0,61 | 0,36 | 182,40 | 27,60 | 168,00 | 1,04 | № 393 М.П.Могильный 2012 | | |
| | Я | 100 | 17,54 | 12,05 | 17,15 | 247,00 | 0,05 | 0,03 | 0,51 | 0,30 | 152,00 | 23,00 | 140,00 | 0,87 | | | |
| Запеканка из творога 5% | С | 30 | 0,58 | 1,36 | 3,98 | 30,45 | 0,01 | 0,02 | 0,04 | 0,10 | 18,81 | 2,64 | 14,69 | 0,05 | № 331 М.П.Могильный 2005 | | |
| | Я | 30 | 0,58 | 1,36 | 3,98 | 30,45 | 0,01 | 0,02 | 0,04 | 0,10 | 18,81 | 2,64 | 14,69 | 0,05 | | | |
| Соус молочный сливочный | С | 200/1/8 | 0,13 | 0,02 | 11,30 | 45,50 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,10 | 5,86 | 0,00 | 0,00 | 0,72 | № 331 М.П.Могильный 2012 | | |
| | Я | 150/7/4 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,00 | 0,00 | 0,01 | 0,05 | 0,56 | 30,24 | 182,69 | 1,89 | | | | |
| Чай с лимоном | С | 350 | 21,76 | 15,84 | 35,86 | 372,43 | 0,07 | 0,07 | 0,65 | 0,56 | 206,61 | 30,24 | 182,69 | 1,89 | № 331 М.П.Могильный 2012 | | |
| | Я | 280 | 18,19 | 13,42 | 28,23 | 306,45 | 0,06 | 0,06 | 0,55 | 0,50 | 176,67 | 25,64 | 154,69 | 1,64 | | | |
| Итого: сад | С | 1502 | 58,91 | 61,01 | 169,46 | 1508,13 | 2,53 | 0,67 | 14,11 | 33,72 | 649,34 | 204,93 | 1046,16 | 11,58 | № 331 М.П.Могильный 2012 | | |
| | Я | 1215 | 47,40 | 47,67 | 144,25 | 1200,49 | 2,07 | 0,74 | 12,23 | 28,58 | 542,07 | 165,11 | 841,79 | 9,36 | | | |
| Итого за день: сад | | С | 1215 | 47,40 | 47,67 | 144,25 | 1200,49 | 2,07 | 0,74 | 12,23 | 28,58 | 542,07 | 165,11 | 841,79 | 9,36 | | |

| Принем пищи | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | № рецептуры |
|-------------|---|-------|------------------|-------|-------|--------------------------------|--------------|------|------|------|-------|--------|--------|--------------------------|------|---|--|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мg | Р | Fe | | | | |
| Завтрак | Каша жидкая молочная рисовая, масло сливочное крестьянское 72,5% Хлеб пшеничный: Масло сливочное Крестьянское 72,5% Чай с молоком 2,5% Итого: сад Итого: вески | С | 180/4,5 | 1,96 | 4,58 | 20,27 | 130,70 | 0,01 | 0,03 | 0,59 | 0,13 | 27,00 | 3,60 | 22,08 | 0,05 | № 182 М.П.Мотыльный 2005 №122 № 6 М.П.Мотыльный 2005 № 394 М.П.Мотыльный 2012 | | |
| | | Я | 150/3,75 | 1,64 | 3,82 | 16,90 | 109,00 | 0,01 | 0,02 | 0,49 | 0,11 | 22,50 | 3,00 | 18,40 | 0,04 | | | |
| | | С | 20/7 | 1,66 | 5,10 | 9,87 | 91,80 | 0,03 | 0,02 | 0,34 | 0,00 | 6,28 | 6,68 | 19,64 | 0,42 | | | |
| | | Я | 15/5 | 2,13 | 3,78 | 7,31 | 68,00 | 0,02 | 0,01 | 0,25 | 0,00 | 4,65 | 4,65 | 14,55 | 0,31 | | | |
| | | С | 150/50/11 | 2,97 | 2,60 | 15,92 | 98,80 | 0,04 | 0,16 | 0,12 | 1,33 | 126,50 | 15,40 | 92,78 | 0,41 | | | |
| | | Я | 135/45/10 | 2,67 | 2,34 | 14,33 | 89,00 | 0,04 | 0,14 | 0,11 | 1,20 | 113,90 | 13,90 | 83,50 | 0,37 | | | |
| | | С | 40/7 | 6,59 | 12,28 | 46,06 | 321,30 | 0,08 | 0,21 | 1,05 | 1,46 | 159,78 | 25,68 | 134,50 | 0,88 | | | |
| | | Я | 350 | 6,44 | 9,94 | 38,54 | 266,00 | 0,07 | 0,17 | 0,85 | 1,31 | 141,05 | 21,55 | 116,45 | 0,72 | | | |
| | | С | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | | | |
| | | Я | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | | | |
| 2-завтрак: | Сок фруктовый яблочный Суп-лапша домашняя | С | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | М.П.Мотыльный 2005 № 218 А.И.Забонов 2005 | | |
| | | Я | 1/200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | | | |
| | | С | 200 | 1,77 | 4,05 | 9,34 | 81,80 | 0,04 | 0,01 | 0,33 | 0,40 | 15,76 | 8,36 | 23,44 | 0,47 | | | |
| | | Я | 150 | 1,32 | 3,04 | 7,15 | 61,35 | 0,03 | 0,01 | 0,25 | 0,30 | 11,82 | 6,27 | 17,58 | 0,35 | | | |
| Обед | Котлета рубленая из бройлер-цаплят, масло сливочное крестьянское 72,5% Канюта тушеная Компот из смеси сухофруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Итого: сад Итого: вески Крендель сахарный Чай с сахаром Итого: сад Итого: вески Всего за день: сад Всего за день: вески | С | 70/5 | 10,73 | 9,67 | 10,88 | 173,83 | 0,05 | 0,07 | 2,59 | 0,35 | 13,10 | 12,25 | 49,00 | 0,96 | № 295 М.П.Мотыльный 2005 № 321 М.П.Мотыльный 2005 № 522 А.Я.Петрахов 2012 № 122 А.Я.Петрахов 2012 № 124 А.Я.Петрахов 2012 № 569 А.Я.Петрахов 2012 № 392 М.П.Мотыльный 2012 | | |
| | | Я | 50/5 | 7,66 | 6,91 | 7,77 | 124,16 | 0,03 | 0,05 | 1,85 | 0,25 | 9,33 | 8,75 | 35,00 | 0,70 | | | |
| | | С | 130 | 2,68 | 4,21 | 12,26 | 97,63 | 0,00 | 0,00 | 0,13 | 0,00 | 105,70 | 15,60 | 104,00 | 0,52 | | | |
| | | Я | 110 | 2,27 | 3,36 | 10,37 | 82,61 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 89,50 | 13,20 | 88,00 | 0,44 | | | |
| | | С | 180 | 0,50 | 0,00 | 24,66 | 100,66 | 0,00 | 0,00 | 0,10 | 0,00 | 15,30 | 29,70 | 81,90 | 2,52 | | | |
| | | Я | 150 | 0,42 | 0,00 | 20,50 | 83,88 | 0,00 | 0,00 | 0,08 | 0,00 | 12,75 | 24,75 | 68,25 | 2,10 | | | |
| | | С | 40 | 3,04 | 0,32 | 19,68 | 94,00 | 0,07 | 0,03 | 0,64 | 0,00 | 9,20 | 13,20 | 34,80 | 0,80 | | | |
| | | Я | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,50 | 0,05 | 0,02 | 0,48 | 0,00 | 6,90 | 9,90 | 26,10 | 0,60 | | | |
| | | С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | | | |
| | | Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | | | |
| Полдник | Итого: сад Итого: вески Крендель сахарный Чай с сахаром Итого: сад Итого: вески Всего за день: сад Всего за день: вески | С | 65/7 | 21,19 | 18,70 | 89,54 | 613,17 | 2,10 | 0,14 | 4,05 | 0,75 | 173,01 | 96,50 | 351,60 | 6,71 | № 569 А.Я.Петрахов 2012 № 392 М.П.Мотыльный 2012 | | |
| | | Я | 60 | 15,93 | 14,11 | 70,57 | 474,70 | 1,71 | 0,11 | 2,98 | 0,55 | 140,80 | 76,97 | 282,33 | 5,36 | | | |
| | | С | 60 | 4,31 | 7,94 | 36,76 | 235,64 | 0,04 | 0,02 | 0,91 | 0,00 | 10,22 | 14,64 | 21,40 | 0,58 | | | |
| | | Я | 60 | 4,31 | 7,94 | 36,76 | 235,64 | 0,04 | 0,02 | 0,91 | 0,00 | 10,22 | 14,64 | 21,40 | 0,58 | | | |
| | | С | 200/11 | 0,07 | 0,02 | 11,10 | 44,40 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,03 | 11,10 | 1,40 | 2,78 | 0,31 | | | |
| | | Я | 150/7 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,00 | 0,00 | 0,00 | 0,02 | 0,03 | 10,00 | 1,30 | 2,50 | 0,28 | | | |
| | | С | 260 | 4,38 | 7,96 | 47,86 | 280,04 | 0,04 | 0,02 | 0,93 | 0,03 | 21,32 | 16,04 | 24,18 | 0,89 | | | |
| | | Я | 210 | 4,37 | 7,96 | 46,75 | 275,64 | 0,04 | 0,02 | 0,93 | 0,03 | 20,22 | 15,94 | 23,90 | 0,86 | | | |
| | | С | 1324 | 32,16 | 38,94 | 183,46 | 1214,51 | 2,22 | 0,37 | 6,03 | 2,25 | 354,11 | 138,22 | 510,28 | 8,48 | | | |
| | | Я | 1080 | 26,74 | 32,01 | 155,86 | 1016,34 | 1,82 | 0,30 | 4,76 | 1,89 | 302,07 | 114,46 | 422,68 | 6,94 | | | |

| Применяемые ингредиенты | Наименование блюда | Выход | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамины, мг | | | | | | Минеральные вещества, мг | | | | № рецептуры |
|-------------------------|---|-------|------------------|--------|---------|--------------------------------|--------------|------|-------|--------|--------|---------|--------------------------|--------|-------|--|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Са | Мг | Р | Fe | | | |
| Завтрак | Суп молочный с мажораном изюмом, масло сливочное крестьянское 72,5% Хлеб пшеничный, Масло сливочное крестьянское 72,5% Попиями Кофейный напиток с молоком (вариант) Итого: сал Итого: всли | С | 180/2 | 5,17 | 4,69 | 16,95 | 130,70 | 0,05 | 0,13 | 0,57 | 4,68 | 109,44 | 18,00 | 86,40 | 0,40 | №120 МП.Могильный 2005 №122 №6 МП.Могильный 2005 №395 МП.Могильный 2012 №338 МП.Могильный 2005 №389 МП.Могильный 2005 №55 МП.Могильный 2012 №145 А.Я.Перевалов 2012 №237 МП.Могильный 2005 №330 МП.Могильный 2005 №302 МП.Могильный 2005 №352 МП.Могильный 2005 №122 А.Я.Перевалов 2012 №124 А.Я.Перевалов 2012 | |
| | | Я | 150/1,5 | 4,31 | 3,91 | 14,13 | 108,90 | 0,05 | 0,11 | 0,48 | 3,90 | 91,20 | 15,00 | 72,00 | 0,33 | | |
| | | С | 20/7 | 1,66 | 5,10 | 9,87 | 91,80 | 0,03 | 0,02 | 0,34 | 0,00 | 6,28 | 6,68 | 19,64 | 0,42 | | |
| | | Я | 15/5 | 2,13 | 3,78 | 7,31 | 68,00 | 0,02 | 0,01 | 0,25 | 0,00 | 4,65 | 4,65 | 14,55 | 0,31 | | |
| | | С | 200 | 3,12 | 2,66 | 14,17 | 93,30 | 1,05 | 0,00 | 0,15 | 0,00 | 122,00 | 18,00 | 120,00 | 0,60 | | |
| | | Я | 180 | 2,81 | 2,39 | 12,75 | 80,90 | 0,94 | 0,00 | 0,14 | 0,00 | 109,80 | 16,20 | 108,00 | 0,54 | | |
| | | С | 407 | 9,95 | 12,45 | 40,99 | 315,80 | 1,13 | 0,15 | 1,06 | 4,68 | 237,72 | 42,68 | 226,04 | 1,42 | | |
| | | Я | 350 | 9,25 | 10,08 | 34,19 | 260,80 | 1,01 | 0,12 | 0,87 | 3,90 | 205,65 | 35,85 | 194,55 | 1,18 | | |
| | | С | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | | |
| | | Я | 1/100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,00 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | 2,20 | | |
| | | С | 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | | 2,00 |
| | | Я | 1/200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | | 2,00 |
| Обед | Сок фруктовый яблочный Овощи соленные (огурец) Секольник Котлета или биточка рыбные Соус сметанный Каша рассыпчатая ячневая или пшеничная Кисель из повидла Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Итого: сал Итого: всли Омлет натуральный, масло сливочное крестьянское 72,5% Кондитерские изделия (печенье, вафли) Кефир 2,5% жирн. или ряженка 2,5% жирн. Хлеб пшеничный Итого: сал Итого: всли Всего за день: сал Всего за день: всли | С | 50 | 0,65 | 2,07 | 3,58 | 35,50 | 0,01 | 0,02 | 0,17 | 2,18 | 16,03 | 11,10 | 20,19 | 0,47 | №237 МП.Могильный 2012 №145 А.Я.Перевалов 2012 №237 МП.Могильный 2005 №330 МП.Могильный 2005 №302 МП.Могильный 2005 №352 МП.Могильный 2005 №122 А.Я.Перевалов 2012 №124 А.Я.Перевалов 2012 | |
| | | Я | 30 | 0,39 | 1,24 | 2,15 | 21,30 | 0,01 | 0,01 | 0,10 | 1,31 | 9,62 | 6,66 | 12,11 | 0,28 | | |
| | | С | 200 | 1,74 | 3,33 | 9,67 | 97,62 | 0,05 | 0,05 | 0,80 | 16,88 | 40,00 | 18,40 | 74,40 | 0,61 | | |
| | | Я | 150 | 1,31 | 2,65 | 7,25 | 69,46 | 0,05 | 0,05 | 0,72 | 15,20 | 36,00 | 16,56 | 66,96 | 0,61 | | |
| | | С | 70 | 9,41 | 4,66 | 10,54 | 121,34 | 0,07 | 0,09 | 1,10 | 44,21 | 26,25 | 145,72 | 104,09 | 0,69 | | |
| | | Я | 50 | 6,72 | 3,33 | 7,53 | 86,67 | 0,05 | 0,06 | 0,79 | 1,14 | 31,58 | 18,78 | 104,09 | 0,69 | | |
| | | С | 30 | 1,32 | 1,50 | 1,76 | 22,23 | 0,02 | 1,23 | 1,00 | 1,12 | 17,03 | 10,00 | 20,00 | 0,26 | | |
| | | Я | 30 | 1,32 | 1,50 | 1,76 | 22,23 | 0,02 | 1,23 | 1,00 | 1,12 | 17,03 | 10,00 | 20,00 | 0,26 | | |
| | | С | 130 | 7,46 | 5,28 | 33,49 | 211,25 | 0,12 | 0,07 | 1,50 | 0,00 | 27,70 | 33,00 | 121,33 | 2,70 | | |
| | | Я | 110 | 6,31 | 4,47 | 28,34 | 178,75 | 0,10 | 0,06 | 1,26 | 0,00 | 23,40 | 27,90 | 102,66 | 2,35 | | |
| | | С | 180 | 0,11 | 0,00 | 27,11 | 108,90 | 0,01 | 0,01 | 0,09 | 1,55 | 13,03 | 3,24 | 3,96 | 0,85 | | |
| | | Я | 150 | 0,09 | 0,00 | 22,59 | 90,75 | 0,01 | 0,01 | 0,08 | 1,29 | 10,85 | 2,70 | 3,30 | 0,71 | | |
| Подзаголовок | Хлеб пшеничный Хлеб ржано-пшеничный Итого: сал Итого: всли Омлет натуральный, масло сливочное крестьянское 72,5% Кондитерские изделия (печенье, вафли) Кефир 2,5% жирн. или ряженка 2,5% жирн. Хлеб пшеничный Итого: сал Итого: всли Всего за день: сал Всего за день: всли | С | 25 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,50 | 0,02 | 0,01 | 0,16 | 0,00 | 2,30 | 3,30 | 8,70 | 0,20 | А.Я.Перевалов 2012 №122 А.Я.Перевалов 2012 №124 А.Я.Перевалов 2012 №210 МП.Могильный 2005 №602, 603, 604 А.Я.Перевалов 2012 №386 МП.Могильный 2005 №122 А.Я.Перевалов 2012 | |
| | | Я | 20 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,50 | 0,02 | 0,01 | 0,16 | 0,00 | 2,30 | 3,30 | 8,70 | 0,20 | | |
| | | С | 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | | |
| | | Я | 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 52,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | | |
| | | С | 722 | 23,92 | 17,57 | 103,59 | 680,59 | 2,24 | 1,52 | 5,08 | 23,33 | 174,25 | 122,68 | 452,76 | 7,57 | | |
| | | Я | 570 | 18,88 | 13,63 | 84,56 | 544,86 | 1,85 | 1,46 | 4,32 | 20,06 | 141,28 | 100,00 | 365,22 | 6,27 | | |
| | | С | 80/5 | 7,52 | 13,46 | 1,51 | 157,00 | 0,05 | 0,31 | 0,15 | 0,21 | 100,54 | 16,90 | 138,60 | 2,55 | | |
| | | Я | 60/3 | 5,73 | 11,04 | 1,10 | 127,00 | 0,04 | 0,24 | 0,12 | 0,18 | 85,07 | 14,30 | 105,10 | 2,16 | | |
| | | С | 30 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 125,10 | 0,03 | 0,02 | 0,31 | 0,00 | 8,70 | 6,18 | 18,21 | 0,63 | | |
| | | Я | 15 | 1,12 | 1,47 | 11,16 | 62,50 | 0,02 | 0,01 | 0,16 | 0,00 | 4,35 | 3,09 | 9,11 | 0,31 | | |
| | | С | 180 | 5,00 | 3,93 | 7,35 | 85,06 | 0,07 | 0,31 | 0,18 | 1,26 | 216,00 | 25,20 | 162,00 | 0,18 | | |
| | | Я | 150 | 4,20 | 3,28 | 6,13 | 70,89 | 0,06 | 0,26 | 0,15 | 1,05 | 180,00 | 21,00 | 135,00 | 0,15 | | |
| С | 15 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 | 0,02 | 0,02 | 0,24 | 0,00 | 3,45 | 4,95 | 13,05 | 0,30 | | | | |
| Я | 10 | 0,76 | 0,08 | 4,92 | 23,50 | 0,02 | 0,01 | 0,16 | 0,00 | 2,30 | 3,30 | 8,70 | 0,20 | | | | |
| С | 305 | 15,91 | 20,45 | 38,56 | 402,41 | 0,17 | 0,66 | 0,88 | 1,47 | 328,69 | 53,23 | 331,86 | 3,66 | | | | |
| Я | 235 | 11,81 | 15,87 | 23,31 | 283,89 | 0,14 | 0,52 | 0,59 | 1,23 | 271,72 | 41,69 | 257,91 | 2,82 | | | | |
| С | 1434 | 49,78 | 50,47 | 183,14 | 1398,80 | 3,54 | 2,32 | 7,02 | 29,48 | 740,66 | 218,59 | 1010,66 | 12,65 | | | | |
| Я | 1155 | 39,94 | 39,58 | 142,06 | 1089,55 | 2,99 | 2,10 | 5,78 | 25,19 | 618,65 | 177,54 | 817,88 | 10,27 | | | | |

| Примечание | Наименование блюда | Выход | Питательная ценность | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витаминный, мкг | | | | | | | | | | № рецептура |
|------------|--|--------------|----------------------|---------|--------|--------------------------------|-----------------|-------|--------|--------|--------|--------|--------|----------------------------|-----------------------------|--|-------------|
| | | | Б | Ж | У | | В1 | В2 | РР | С | Ca | Mg | P | Fe | | | |
| Завтрак | Каши жидкие молочные из мягкой крупы, масло сливочное растопленное 72,5% | Я 150/3 2,88 | 4,58 | 19,32 | 129,60 | 0,05 | 0,03 | 0,99 | 0,82 | 113,80 | 10,80 | 45,00 | 0,40 | № 181 МЛМорковский 2005 | | | |
| | | С 20/15 | 2,40 | 3,82 | 16,10 | 108,00 | 0,04 | 0,02 | 0,83 | 0,68 | 94,80 | 9,00 | 37,50 | | 0,33 | | |
| | | Я 15/10 | 1,58 | 2,51 | 17,54 | 99,27 | 0,03 | 0,02 | 0,32 | 0,07 | 6,93 | 7,20 | 18,71 | | 0,56 | | |
| | | С 150/50/11 | 2,97 | 2,60 | 12,53 | 70,91 | 0,02 | 0,01 | 0,23 | 0,05 | 4,95 | 5,14 | 13,56 | | 0,56 | | |
| | | Я 135/45/10 | 2,67 | 2,34 | 14,33 | 89,00 | 0,04 | 0,16 | 0,12 | 1,33 | 126,60 | 13,40 | 13,56 | | 0,41 | | |
| | | С 415 | 7,43 | 2,34 | 14,33 | 89,00 | 0,04 | 0,14 | 0,11 | 1,20 | 113,90 | 13,90 | 83,50 | | 0,57 | | |
| | | Я 385 | 6,20 | 7,95 | 52,78 | 332,67 | 0,12 | 0,21 | 1,43 | 2,22 | 247,23 | 33,40 | 156,49 | | 1,37 | | |
| | | С 1/1/00 | 0,40 | 0,40 | 42,96 | 267,91 | 0,10 | 0,17 | 1,17 | 1,93 | 213,65 | 28,04 | 134,36 | | 1,10 | | |
| | | Я 1/1/00 | 0,40 | 0,40 | 42,96 | 267,91 | 0,03 | 0,02 | 0,30 | 10,00 | 16,00 | 9,00 | 11,00 | | 2,20 | | |
| | | С 200 | 1,00 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | | 2,00 | | |
| Завтрак | Сок фруктовый яблочный | Я 1/2/00 | 1,40 | 0,00 | 20,20 | 85,30 | 0,00 | 0,00 | 0,11 | 0,00 | 17,00 | 9,00 | 12,00 | 2,00 | № 338 МЛМорковский 2005 | | |
| | | С 50 | 0,60 | 2,35 | 3,85 | 39,00 | 0,01 | 0,01 | 0,35 | 5,00 | 11,50 | 7,00 | 21,00 | 0,30 | | | |
| | | Я 30 | 0,70 | 1,38 | 3,70 | 30,03 | 0,01 | 0,01 | 0,21 | 3,00 | 6,90 | 4,20 | 12,60 | 0,18 | | | |
| | | С 200 | 1,45 | 3,93 | 10,20 | 85,00 | 0,05 | 0,05 | 0,80 | 16,88 | 40,00 | 18,40 | 74,40 | 0,68 | | | |
| | | Я 150 | 1,09 | 2,95 | 7,65 | 61,50 | 0,05 | 0,05 | 0,72 | 15,20 | 36,00 | 16,56 | 66,96 | 0,61 | | | |
| | | С 20 | 1,20 | 0,80 | 8,40 | 43,10 | 0,03 | 0,01 | 0,32 | 0,04 | 4,36 | 1,80 | 16,26 | 0,16 | | | |
| | | Я 20 | 1,20 | 0,80 | 8,40 | 43,10 | 0,03 | 0,01 | 0,32 | 0,04 | 4,36 | 1,80 | 16,26 | 0,16 | | | |
| | | С 130 | 2,65 | 4,16 | 17,71 | 118,95 | 0,05 | 0,34 | 0,42 | 1,90 | 15,60 | 13,00 | 26,86 | 0,33 | | | |
| | | Я 110 | 2,25 | 3,52 | 14,98 | 101,53 | 0,04 | 0,28 | 0,35 | 1,60 | 13,20 | 11,00 | 22,70 | 0,28 | | | |
| | | С 70/70 | 13,35 | 7,19 | 6,01 | 142,15 | 0,11 | 0,30 | 2,59 | 2,88 | 36,14 | 0,45 | 31,50 | 0,63 | | | |
| Обед | Рыба, тушеная в томате с овощами | Я 50/50 | 9,53 | 5,13 | 4,29 | 101,53 | 0,09 | 0,24 | 1,85 | 2,05 | 25,81 | 32,25 | 22,50 | 0,45 | № 354 МЛМорковский 2005 | | |
| | | С 180 | 0,43 | 0,25 | 12,66 | 54,61 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 2,34 | 13,57 | 45,15 | 0,00 | 0,45 | | | |
| | | Я 150 | 0,36 | 0,21 | 10,55 | 45,51 | 0,01 | 0,01 | 0,00 | 1,90 | 11,14 | 2,70 | 0,00 | 0,33 | | | |
| | | С 15 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,03 | 0,01 | 0,32 | 0,00 | 4,60 | 6,60 | 17,40 | 0,40 | | | |
| | | Я 10 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 | 2,91 | 0,06 | 0,39 | 0,00 | 20,93 | 26,09 | 87,69 | 2,16 | | | |
| | | С 37 | 2,47 | 0,45 | 12,52 | 65,25 | 1,94 | 0,04 | 0,26 | 0,00 | 13,95 | 17,39 | 58,46 | 1,44 | | | |
| | | Я 30 | 1,98 | 0,36 | 10,02 | 59,20 | 1,60 | 0,03 | 0,21 | 0,00 | 10,50 | 14,10 | 47,40 | 1,17 | | | |
| | | С -702 | 30,55 | 20,28 | 67,77 | 577,64 | 2,27 | 0,67 | 6,49 | 29,19 | 149,73 | 129,04 | 241,52 | 4,46 | | | |
| | | Я 650 | 28,53 | 16,08 | 56,28 | 470,65 | 4,78 | 0,63 | 5,55 | 24,24 | 141,45 | 129,95 | 275,91 | 5,51 | | | |
| | | С 130 | 1,97 | 9,19 | 12,08 | 117,20 | 0,06 | 0,39 | 6,84 | 31,82 | 6,93 | 22,50 | 0,73 | № 137 МЛМорковский 2012 | | | |
| Я 110 | 1,67 | 7,78 | 10,22 | 117,80 | 0,05 | 0,05 | 0,33 | 5,78 | 26,92 | 5,86 | 19,10 | 0,62 | | | | | |
| С 200/11/8 | 0,13 | 0,02 | 11,30 | 45,50 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,10 | 5,86 | 0,00 | 0,00 | 0,80 | | | | | |
| Я 150/7/4 | 0,07 | 0,01 | 7,10 | 29,00 | 0,00 | 0,01 | 0,00 | 0,10 | 5,86 | 0,00 | 0,00 | 0,72 | | | | | |
| С 15 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 47,00 | 0,03 | 0,01 | 0,32 | 0,00 | 4,60 | 6,60 | 17,40 | 0,40 | | | | | |
| Я 10 | 1,14 | 0,12 | 7,38 | 35,25 | 0,14 | 0,13 | 1,07 | 10,41 | 62,73 | 20,30 | 59,85 | 2,90 | | | | | |
| С 345 | 3,62 | 9,37 | 33,22 | 231,70 | 0,09 | 0,08 | 0,71 | 6,94 | 41,82 | 13,53 | 39,90 | 1,93 | | | | | |
| Я 270 | 2,80 | 7,91 | 24,70 | 182,05 | 0,19 | 0,19 | 1,40 | 16,29 | 95,51 | 26,16 | 78,95 | 4,24 | | | | | |
| С 1462 | 41,60 | 39,33 | 153,77 | 1137,01 | 2,48 | 0,96 | 8,63 | 38,35 | 438,78 | 175,97 | 437,91 | 7,76 | | | | | |
| Я 1175 | 34,61 | 31,94 | 123,94 | 920,61 | 5,07 | 0,99 | 8,12 | 42,46 | 450,61 | 184,14 | 489,22 | 10,85 | | | | | |
| Обед | Хлеб пшеничный | С 345 | 3,62 | 9,37 | 33,22 | 231,70 | 0,09 | 0,08 | 0,71 | 6,94 | 41,82 | 13,53 | 39,90 | 1,93 | № 122 А.Я.Терезаван 2012 | | |
| | | Я 270 | 2,80 | 7,91 | 24,70 | 182,05 | 0,19 | 0,19 | 1,40 | 16,29 | 95,51 | 26,16 | 78,95 | 4,24 | | | |
| | | С 1462 | 41,60 | 39,33 | 153,77 | 1137,01 | 2,48 | 0,96 | 8,63 | 38,35 | 438,78 | 175,97 | 437,91 | 7,76 | | | |
| | | Я 1175 | 34,61 | 31,94 | 123,94 | 920,61 | 5,07 | 0,99 | 8,12 | 42,46 | 450,61 | 184,14 | 489,22 | 10,85 | | | |
| Обед | Хлеб ржано-пшеничный | С 345 | 3,62 | 9,37 | 33,22 | 231,70 | 0,09 | 0,08 | 0,71 | 6,94 | 41,82 | 13,53 | 39,90 | 1,93 | № 122 А.Я.Терезаван 2012 | | |
| | | Я 270 | 2,80 | 7,91 | 24,70 | 182,05 | 0,19 | 0,19 | 1,40 | 16,29 | 95,51 | 26,16 | 78,95 | 4,24 | | | |
| | | С 1462 | 41,60 | 39,33 | 153,77 | 1137,01 | 2,48 | 0,96 | 8,63 | 38,35 | 438,78 | 175,97 | 437,91 | 7,76 | | | |
| | | Я 1175 | 34,61 | 31,94 | 123,94 | 920,61 | 5,07 | 0,99 | 8,12 | 42,46 | 450,61 | 184,14 | 489,22 | 10,85 | | | |
| Обед | Хлеб пшеничный | С 345 | 3,62 | 9,37 | 33,22 | 231,70 | 0,09 | 0,08 | 0,71 | 6,94 | 41,82 | 13,53 | 39,90 | 1,93 | № 122 А.Я.Терезаван 2012 | | |
| | | Я 270 | 2,80 | 7,91 | 24,70 | 182,05 | 0,19 | 0,19 | 1,40 | 16,29 | 95,51 | 26,16 | 78,95 | 4,24 | | | |
| | | С 1462 | 41,60 | 39,33 | 153,77 | 1137,01 | 2,48 | 0,96 | 8,63 | 38,35 | 438,78 | 175,97 | 437,91 | 7,76 | | | |
| | | Я 1175 | 34,61 | 31,94 | 123,94 | 920,61 | 5,07 | 0,99 | 8,12 | 42,46 | 450,61 | 184,14 | 489,22 | 10,85 | | | |

Оборудование: рецептур блок и кулинарные изделия для питания детей в дошкольных организациях. Дели принт Москва 2012 г. М.П.Морковский
 Оборудование: рецептур блок и кулинарные изделия для питания школьников. Дели принт Москва 2005 г. М.П.Морковский
 Оборудование: рецептур блок и кулинарные изделия для ДОО и дет. оздоровительных учреждений. Дели принт Москва 2005 г. Д.И.Зубов
 Оборудование: стандартных фирменных блок.

Технолог МКУ "Рецептур центр"

Паршина И.Ю.



МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЕННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 "РЕЦЕПТУРНЫЙ ЦЕНТР СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ
 ГОРОДСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА
 г. Георгиевск, ул. Ленина, 110
 1172851026239, ИНН 2625068662

Натуральные нормы продуктов на осенне-зимний период для детей, посещающих дошкольные образовательные учреждения с 9, 10,5 часовым пребыванием на 2024 год.

| Наименование продукта | 1 день | | 2 день | | 3 день | | 4 день | | 5 день | | 6 день | | 7 день | | 8 день | | 9 день | | 10 день | | ФАКТ | | Итого | | Норма среднесуточная | | % | |
|-----------------------|--------|------|--------|------|--------|------|--------|------|--------|------|--------|------|--------|------|--------|------|--------|------|---------|------|------|------|-------|------|----------------------|------|-----|------|
| | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли | сад | ясли |
| Хлеб пшеничный | 35 | 20 | 60 | 45 | 60 | 45 | 116 | 70 | 48 | 43 | 35 | 20 | 60 | 45 | 71 | 53 | 73 | 54 | 50 | 35 | 608 | 430 | 61 | 43 | 60 | 45 | 102 | 96 |
| Хлеб ржаной | 37 | 30 | 37 | 30 | 37 | 30 | 37 | 30 | 37 | 30 | 37 | 30 | 37 | 30 | 37 | 30 | 37 | 30 | 37 | 30 | 370 | 300 | 37 | 30 | 37 | 30 | 100 | 100 |
| Круты, бобовые | 31 | 23 | 46 | 35 | 50 | 47 | 52 | 42 | 13 | 11 | 30 | 26 | 35 | 28 | 23 | 20 | 52 | 44 | 28 | 23 | 360 | 299 | 36 | 29 | 32 | 23 | 113 | 126 |
| Макаронные изделия | | | 10 | 6 | | | | | | | | | 46 | 39 | | | 14 | 12 | | | 70 | 57 | 7 | 6 | 9 | 6 | 78 | 100 |
| Картофель | 27 | 20 | 80 | 60 | 80 | 60 | 123 | 87 | 210 | 175 | 264 | 241 | 80 | 60 | | | 49 | 37 | 249 | 207 | 1161 | 947 | 116 | 95 | 105 | 90 | 110 | 106 |
| Овощи | 331 | 316 | 191 | 141 | 129 | 102 | 366 | 289 | 152 | 95 | 160 | 131 | 113 | 74 | 218 | 183 | 137 | 96 | 262 | 196 | 2079 | 1622 | 210 | 162 | 165 | 135 | 127 | 120 |
| Фрукты свежие | 140 | 134 | 100 | 100 | | | 141 | 134 | 100 | 100 | 100 | 100 | 41 | 34 | 100 | 100 | 100 | 100 | 141 | 134 | 963 | 936 | 96 | 94 | 75 | 71 | 128 | 132 |
| Фрукты сухие | | | 23 | 18 | | | | | 23 | 18 | | | | 23 | 18 | | | | | | 69 | 54 | 7 | 5 | 8 | 7 | 88 | 71 |
| Кондитерские изделия | | | | | | | 30 | 15 | | | | | | | | 30 | 15 | | | 60 | 30 | 30 | 6 | 3 | 15 | 9 | 40 | 33 |
| Сахар | 41 | 37 | 38 | 33 | 24 | 18 | 24 | 14 | 33 | 26 | 33 | 18 | 47 | 38 | 48 | 39 | 13 | 11 | 45 | 39 | 369 | 273 | 37 | 27 | 23 | 19 | 161 | 142 |
| Масло сливочное | 15 | 13 | 16 | 14 | 6 | 5 | 17 | 14 | 22 | 18 | 12 | 11 | 15 | 12 | 20 | 17 | 22 | 16 | 11 | 9 | 156 | 129 | 16 | 13 | 16 | 14 | 100 | 93 |
| Масло растительное | 8 | 5 | 2 | 2 | 6 | 6 | 12 | 9 | 11 | 9 | 17 | 15 | 9 | 7 | 6 | 5 | 4 | 3 | 22 | 16 | 107 | 87 | 11 | 9 | 8 | 7 | 138 | 129 |
| Яйцо | 40 | 40 | 18 | 16 | 3 | 3 | | | 3 | 3 | 41 | 41 | 5 | 4 | 5 | 5 | 60 | 45 | | 142 | 131 | 14 | 13 | 30 | 30 | 47 | 43 | |
| Молоко | 185 | 157 | 205 | 180 | 351 | 278 | 226 | 195 | 333 | 251 | 175 | 140 | 426 | 340 | 142 | 122 | 231 | 195 | 161 | 138 | 2435 | 1996 | 243 | 200 | 337 | 292 | 72 | 68 |
| Творог | | | 96 | 80 | | | | | | | | | 113 | 94 | | | | | | 209 | 174 | 21 | 17 | 17 | 30 | 23 | 70 | 74 |
| Сметана | | | 8 | 8 | | | | | 16 | 15 | | | 12 | 12 | | | 10 | 9 | 4 | 3 | 58 | 56 | 6 | 6 | 8 | 7 | 75 | 86 |
| Птица | | | | | 71 | 71 | | | | | 111 | 111 | | | | | | | | | 182 | 182 | 18 | 18 | 18 | 15 | 100 | 120 |
| Говядина | 82,1 | 82,1 | 46 | 38 | | | | | | | | | 46 | 33 | | | | | | | 174 | 153 | 17 | 15 | 41 | 38 | 41 | 39 |
| Рыба | | | | | | | 64 | 46 | 50 | 50 | | | | | | | 98 | 70 | 113 | 81 | 325 | 247 | 33 | 25 | 28 | 24 | 118 | 104 |
| Сыр | | | 16 | 11 | | | | | | | | | 16 | 11 | | | | | | | 32 | 21 | 3 | 2 | 4,5 | 3 | 67 | 67 |
| Мука | | | 17 | 15 | 28 | 28 | 12 | 9 | 56 | 55 | 18 | 12 | 8 | 7 | 51 | 47 | 2 | 2 | 20 | 19 | 212 | 194 | 21 | 19 | 22 | 19 | 95 | 100 |

МУНИЦИПАЛЬНОЕ КАЗЁННОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
 «РЕСУРСНЫЙ ЦЕНТР СИСТЕМЫ ОБРАЗОВАНИЯ
 ГЕОРГИЕВСКОГО МУНИЦИПАЛЬНОГО ОКРУГА»
 ОГРН 1172651026239, ИНН 2625068662
 г. Георгиевск, ул. Ленина, 110



Технолог МКУ "Ресурсный центр"