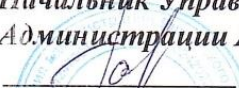
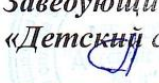
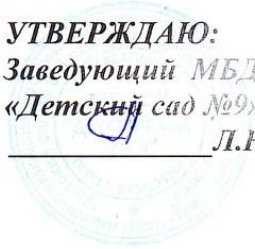


СОГЛАСОВАНО:
Начальник Управления образования
Администрации Яшкинского м.о.

О.В.Гавриченко



УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №9»

Л.Ю.Латс



ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
для организации питания детей
в дошкольном образовательном
учреждение «Детский сад №9» Я.м.о.
с 10и и 12и часовым пребыванием
на период зима-весна 2022-2023 г.

*Меню разработано по заказу МБДОУ «Детский сад №9»
педагогом МБУ «ЦБ ОО» Белокопытовой Н.А.*

ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ
 для организации питания детей в дошкольном образовательном учреждении
 зима-весна 2022-2023 год.

ПРИЕМ ПИЩИ	НАИМЕНОВАНИЕ БЛЮДА	ВЫХОД БЛЮДА		Пищевые вещества			Энергет. ценность (ккал)	№ РЕЦЕПТ.
		БРУТТО	НЕТТО	Б (г)	Ж (г)	У (г)		
ДЕНЬ 1	<i>от 1ого года до 3х лет</i>							
	Каша геркулес		150	4,2	7,3	27	145,5	№302
8-30 до 9-00час	крупа	30	30					
Объем блюд:	молоко	132	132					
365г	сахар	5	5					
	масло сливочное	4	4					
	соль йодированная	0,6	0,6					
	Кофейный напиток		180	2,24	3,24	25,82	136,8	№692
	кофейный напиток	2,4	2,4					
	сахар	12	12					
	вода	156	156					
	молоко цельное	45	45					
	Хлеб пшеничный с маслом		25					№1
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,14	8,9	48	
	масло сливочное	5	5	0	4,1	0	36	
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22	№1
ЗАВТРАК 2, 100г	Сок	100	100	1	0	5	45	промыш.
10-30час	ИТОГО завтрак1+ завтрак2		30,68	9,44	14,88	70,47	429,52	
		<i>брутто</i>	<i>нетто</i>					
ОБЕД 35%	морковь отварная или (пюре из моркови, свеклы)		30	0,42	0,5	2,28	21,6	№523/528
Объем блюд:	морковь	42	30					
530г	масло сливочное	0,5	0,5					
	Суп овощной с фасолью		150	2,34	2,76	8,76	69,6	№144
	капуста белокочанная	26	21					
	картофель	35	26					
	морковь	4	2					
	лук репчатый	8	5					
	фасоль	4	4					
	масло растительное	2	2					
	соль йодированная	0,7	0,7					
	бульон		114					
	мясо		15					
	Гуляш		50	6,87	6,87	2,5	66	№437
	мясо говядина или свинина		44					
	Масло растительное	2	2					
	Лук репчатый	7	5					
	морковь	8	5					
	томатное пюре	3	3					
	мука пшеничная	2	2					
	соль йодированная	0,1	0,1					
	лавровый лист	0,001	0,001					
	Макароны отварные		120	4,08	3,6	27,36	195,6	№332
	макароны	45	45					
	Соль йодированная	0,5	0,5					
	Масло сливочное	4	4					
	Напиток из кураги		150	1,2	0	16	102	№704
	курага	11	21					
	Вода	150	150					
	Сахар	8	8					
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,13	8,9	48,24	№1
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22	№1
	итого обед факт%		37,23	16,91	13,96	69,55	521,26	
		<i>брутто</i>	<i>нетто</i>					

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 30%	Картофель запеченый в сметанном соусе или (Голубцы овощные)		150/60	7,53	7	28,14	268,8	№259/283
Объем блюд:	картофель	207	154					
415г	соль йодированная	0,8	0,8					
	масло растительное	3	3					
	<i>масса готового картофеля</i>		150					
	соус сметанный		60					№600
	сметана	60	60					
	масло сливочное	2	2					
	мука пшеничная	2	2					
	соль йодированная	0,1	0,1					
	сыр твердый	5,4	5					
	Напиток яблочный		150	0,1	0	15,3	76,5	№701
	яблоки свежие	21	18					
	Сахар	8	8					
	Вода	156	156					
	Сдоба или (кондитерские изделия)	25	25	1,67	4,68	6,7	34,84	промыш.
	Хлеб пшеничный	15	15	1,07	0,1	6,65	36	№1
	Хлеб ржаной	15	15	0,85	0,16	5,6	27,19	№1
	ИТОГО факт%		31,67	11,22	11,94	62,39	443,33	
	Всего за первый день факт:%		99,58	37,57	40,78	202,41	1394,11	

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 30%	Омлет натуральный		130	13	8,66	2,47	172,33	№340
Объем блюд:	Яйцо	2,4шт	96					
380г	Молоко	35	35					
	соль	0,7	0,7					
	Масло растительное	2,6	2,6					
	<i>масса готового омлета</i>		123					
	<i>масло сливочное</i>	7	7					
	Ватрушка с повидлом или (сдоба)		70	3,2	8	19	151,2	№741
	ТЕСТО		82					№736
	мука пшеничная	65	65					
	сахар	5	5					
	маргарин сливочный	5	52					
	соль йодированная	0,5	0,5					
	дрожжи прессованные	1,1	1,1					
	вода/молоко	21	21					
	масло растительное на смазку	1,5	1,5					
	яйцо на смазку	1/4шт	9					
	фарш							№764
	повидло	30	30	0	0	4	54	
	Напиток из шиповника		150	0	0	18,75	67	№705
	шиповник	15	15					
	сахар	8	8					
	Вода	113	113					
	Хлеб пшеничный	15	15	1,07	0,1	6,65	36	№1
	Хлеб ржаной	15	15	0,85	0,16	5,6	27,19	№1
	ИТОГО факт%		36,27	18,12	16,92	56,47	507,72	
	Всего за второй день факт:%		100,73	47,34	46,35	200,08	1410,16	

УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 30%	Рагу из овощей или (картофельный пудинг)		150	5,6	6,25	14,37	156	№224/234
Объем блюд:	картофель	54	40					
400г	морковь	25	14					
	лук репчатый	12	5					
	капуста белокочанная	50	50					
	масло растительное	5	5					
	соль йодированная	0,8	0,8					
	лавровый лист	0,001	0,001					
	булочка домашняя		75	3,75	9	15	204	№770
	мука пшеничная	35	35					
	маргарин сливочный	6	6					
	дрожжи прессованные	1	1					
	сахар	10	10					
	соль йодированная	0,3	0,3					
	яйца	4	4					
	ванилин	0,01	0,01					
	молоко	25	25					
	Чай с лимоном		150	0,22	0	11,4	45	№686
	чай	0,5	0,5					
	Сахар	10	10					
	Вода		156					

	лимон	7	6						
	Хлеб пшеничный	10	10	0,71	0,07	4,45	24	№1	
	Хлеб ржаной	15	15	0,85	0,16	5,6	27,19	№1	
	ИТОГО факт%		32,59	11,13	15,48	50,82	456,19		
	Всего за пятый день факт:%		69,69	25,54	30,94	125,58	975,6		
ДЕНЬ 4		брутто	нетто	Б	Ж	У	(ККАЛ)		
ЗАВТРАК 1,2	Каша кукурузная		150	4,2	8,3	21,7	132	№302	
Объем блюд:	Крупа	30	30						
365г	Молоко	126	126						
	Сахар	5	5						
	Масло сливочное	5	5						
	Соль йодированная	0,6	0,6						
	Кофейный напиток		180	2,24	3,24	25,82	136,8	№692	
	кофейный напиток	2,4	2,4						
	сахар	12	12						
	вода	156	156						
	молоко цельное	45	45						
	Хлеб с маслом		25					№1	
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,14	8,9	48		
	масло сливочное	5	5	0	4,1	0	36		
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22	№1	
ЗАВТРАК 2, 100г	Сок мультивитаминный	100	100	1,5	0,5	11	40		
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2		29,36	9,94	16,38	71,17	411,02		
ОБЕД 35%	зеленый горошек или (кукуруза	38	30	0,3	0	1,2	16,8	промыш.	
Объем блюд:	Суп -лапша домашняя		150	1,5	4,5	8,11	72	№148	
595г	лапша		12						
	мука пшеничная	15	15						
	яйцо	3	3						
	вода	2	2						
	соль	0,15	0,15						
	Картофель	30	21						
	морковь	8	6						
	Лук репчатый	8	6						
	Масло растительное	2	2						
	Бульон	0	114						
	Соль йодированная	0,7	0,7						
	Петрушка или укроп	1,5	0,8						
	мясо		15	2,88	1,11	0	27		
	Рыба, тушеная в томате с		50/15	6,62	3,19	3,5	70	№374	
	рыба- филе	50	44						
	вода	12	12						
	морковь	15	8						
	лук репчатый	10	8						
	томатное пюре	3	3						
	масло растительное	3	3						
	лавровый лист	0,01	0,01						
	соль йодированная	0,3	0,3						
	масса туш.рыбы		50						
	масса готовой рыбы с овощами		65						
	Картофель отварной (пюре)или		120	3	4,9	19,44	133,2	№203/287	
	картофель	196	140						
	масло сливочное	5	5						
	соль йодированная	0,4	0,4						
	Компот из сухофруктов		200	0,1	0	25,85	123,69	№639	

	сухофрукты	20	50					
	сахар	12	12					
	вода	0	200					
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,13	8,9	48,24	№1
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22	№1
	ИТОГО факт%		36,37	16,4	13,93	70,75	509,15	
УПЛОТНЕННЫЙ	Вареники с картофелем		150	7	9,9	37,88	244,35	№725
Объем блюд:	тесто		62					№724
425г	мука пшеничная	43	43					
	яйца 1/12шт	3,3	3,3					
	вода	17	17					
	соль йодированная	0,5	0,5					
	фарш		80					№757
	картофель	93	67					
	Лук репчатый	24	9					
	масло растительное	2	2					
	соль йодированная	0,6	0,6					
	масса сырых вареников		145					
	Масло сливочное	5	5					

	лимон	18	17					
	сахар	10	10					
	Вода		143					
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,13	8,9	48,24	№1
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22	№1
	ИТОГО факт%		36,78	22,21	23,13	66,59	514,91	
								№224/234
УПЛОТНЕННЫЙ	Ленивые вареники с молочным		200	16,5	16,5	30,15	321	№354,355
	творог	119	117					
Объем блюд:	мука пшеничная	17	17					
400г	сахар	8	8					
	яйца	1/5шт	8					
	соль	0,3	0,3					
	Масло сливочное	8	8					
	соус молочный (абрикосовый)		20					№596,619
	молоко	20	20					
	мука пшеничная	3	3					
	ванилин	0,001	0,001					
	сахар	4	4					
	масло сливочное	1	1					
	Хлеб пшеничный	15	15	1,07	0,1	6,65	36	№1
	Хлеб ржаной	15	15	0,85	0,16	5,6	27,19	№1
	Чай с сахаром		150	0	0	13,5	51	№685
	Чай высшего или первого сорта	0,5	0,5					
	сахар	10	10					
	вода	150	150					

	масло растительное	2,5	2,5					
	<i>масса готового фарша</i>		35					
	<i>масса готового омлета</i>		150					
	масло сливочное	4	4					
	Кисель из концентрата на плодовых и ягодных экстрактах		200	0	0	20,59	118	№648
	Кисель из концентрата	24	24					
	Вода	200	200					
	Пряники		25	0,25	1,2	6	32	
	Хлеб пшеничный	10	10	0,7	0,06	4,5	24,12	№1
	Хлеб ржаной	15	15	0,85	0,16	5,6	27,19	№1
	ИТОГО факт%		35,70	16,8	16,42	39,53	499,76	
	Всего за шестой день факт:%		65,34	25,89	26,1	119,55	914,78	
ДЕНЬ 7			<i>от 1года до3х лет</i>	Б	Ж	У	(ККАЛ)	№ РЕЦЕПТУРЫ
ЗАВТРАК 1,2 25%	Каша гречневая		150	4,5	7,05	23,25	180	№302
Объем блюд: 365г	Молоко	120	120					
	Сахар	5	5					
	Масло сливочное	4	4					
	крупа	37	35					
	Соль йодированная	0,5	0,5					
	Какао с молоком		180	4,41	4,5	29,26	171	№693

	Какао порошок	1,2	1,2					
	молоко	90	90					
	вода или молоко	100	100					
	Сахар	10	10					
	Хлеб с маслом		25					№1
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,14	8,9	48	
	масло сливочное	5	5	0	4,1	0	36	
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22	№1
ЗАВТРАК 2, 100г	йогурт	100	100	2,1	1,8	4	58,2	
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2		36,53	13,01	17,69	69,16	511,42	
ОБЕД 35%	Закуска из белокочанной капусты		30	0,42	0,9	2,67	26,4	№43
Объем блюд:	капуста свежая	33	30					
540г	масса прогретой капусты		27					
	морковь	3,9	3					
	соль йодированная	0,06	0,06					
	Сахар	0,6	0,6					
	лимонная кислота	0,006	0,006					
	масло растительное	1,2	1,2					
	Борщ с капустой и картофелем		150	1,2	4,65	7,88	63,6	№110
	Свекла	30	24					
	Капуста свежая или квашеная	15	12					
	Морковь	8	6					
	картофель с 01.09.по 31.10 25%	19	15					
	с 31.10.по 31.12 30%	20	15					
	с 31.12.по 28.02 35%	22	15					
	с 29.02.по01.09 40%	23	15					
	Лук репчатый	8	6					
	Томатное пюре	3	3					
	Масло растительное	3	3					
	Лимонная кислота	0,01	0,01					
	бульон		120					
	зелень	1,5	0,8					
	Соль йодированная	0,8	0,8					
	мясо		15					
	Сметана	4	4					
	Котлеты рыбные любительские		50/10	10,4	7	12,16	156,8	№390
	Минтай -филе	55	55					
	морковь	8	6					
	хлеб	4	4					
	молоко	5	4					
	лук репчатый	5	4					
	мука пшеничная	5	5					
	соль йодированная	0,3	0,3					
	масса полуфабриката		58					
	масло растительное	3	3					
	Пюре картофельное (картофель отварной)		130	2,73	5,8	19	141,7	№203/520
	картофель	148	111					
	молоко	21	20					
	масло сливочное	5	5					
	соль йодированная	0,4	0,4					
	соус №602		10					
	сметана	9	8					
	мука пшеничная	1	1					
	масло растительное	1	1					
	морковь	3	1					
	лук	3	2					
	мука	1	1					
	Соль йодированная	0,07	0,07					
	Напиток из кураги		150	0,75	0	18,75	78,75	№704
	курага	8	15					
	Сахар	8	8					
	Вода	150	150					
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,13	8,9	48,24	№1
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22	№1
	ИТОГО факт%		38,12	17,5	18,58	73,11	533,71	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 30%	Макаронны с сыром		150	8,1	12	31,95	250,5	№332,333
Объем блюд:	макаронны	45	96					
405г	сыр	17	11					
	Соль	0,5	0,5					
	Масло сливочное	8	8					
	Чай с сахаром и лимоном		200	0	0	15	60	№686
	чай	0,6	0,6					
	сахар	12	12					

	лимон	8	7					
	Вода	190	190					
	печенье сахарное		25	1,5	2,5	7,5	59	
	Хлеб пшеничный	15	15	1,07	0,1	6,65	36	№1
	Хлеб ржаной	15	15	0,85	0,16	5,6	27,19	№1
	ИТОГО факт%		30,91	11,52	14,76	66,7	432,69	
	Всего за седьмой день факт:%		105,56	42,03	51,03	208,97	1477,82	
ДЕНЬ 8	Омлет натуральный		150	15	16,7	2,85	298,5	№340
ЗАВТРАК 1,2 25%	яйцо	2,8 шт	110					
Объем блюд:	Молоко	41	41					
395г	соль йодированная	0,5	0,5					
	масло растительное	3	3					
	масса готового омлета		145					
	Масло сливочное	5	5					
	Чай с сахаром и молоком		200	1,5	1,6	12,3	68	№685

	лук репчатый	32	13					
	масло растительное	3	3					
	соль йодированная	0,8	0,8					
	<i>масса сырых вареников</i>		186					
	Масло сливочное		5					
	Молоко кипяченое(Чай с сахаром)	160	150	0,75	2,62	7,42	92,25	№697
	Фрукт или (сдоба)	50	50	0	0	28	40	промыш.
	Хлеб пшеничный	15	15	1,07	0,1	6,65	36	№1
	Хлеб ржаной	15	15	0,85	0,16	5,6	27,19	№1
	ИТОГО факт%		24,03	9,67	10,78	72,37	336,44	
	<i>Всего за восьмой день факт:%</i>		96,72	52,74	53,18	180,24	1354,05	
ДЕНЬ 9	Каша ячневая или (Каша пшениная)		150	4,6	2,7	20,4	129	№302
ЗАВТРАК 1,2	Крупа	33	33					
25%								
Объем блюд:	Молоко	123	123					
405г	Сахар	4	4					
	Соль йодированная	0,6	0,6					
	Масло сливочное	4	4					
	Кофейный напиток		180	2,24	3,24	25,82	136,8	№692
	кофейный напиток	2,4	2,4					

	сахар	12	12						
	вода	156	156						
	молоко цельное	45	45						
	Хлеб с сыром		35						№3
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,14	8,9	48		
	сыр	15	15						
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22		№1
ЗАВТРАК 2,95г	банан		95	1,5	0,5	10	96		
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2		30,57	10,34	6,68	68,87	428,02		
ОБЕД 35%	Морковь отварная		30	0,36	1,08	2,7	25,8		№523
Объем блюд:	морковь	41	29						
570г	масло сливочное	1,2	1,2						
	сахар	0,3	0,3						
	Суп крестьянский с крупой		150	1,5	3	6,75	69,75		№134
	капуста белокочанная	23	18						
	Картофель	20	15						
	крупы (пшеничная)	6	6						
	Морковь	8	6						
	Лук репчатый	8	6						
	Масло растительное	2	2						
	Бульон	132	132						
	соль йодированная	0,8	0,8						
	мясо		15	3	5,16	0	53,4		
	приправа, зелень	1	0,5						
	Говядина, тушеная с капустой		50/50	5	5	8,3	165,33		№440
	мясо(замена на свинину)	55	50						
	Лук репчатый	19	15						
	помидор или (томатная паста)	19 (4)	15(4)						
	перец стручковый сладкий	13	9						
	масло растительное	4	4						
	соль	0,2	0,2						
	капуста белокочанная		70	4,33	4,6	22,68	87,44		
	капуста белокочанная	185,76	147,96						
	масло растительное	4	4						
	соль йодированная	0,6	0,6						
	лимонная кислота	0,05	0,05						
	морковь	3	3						
	томатное пюре	7	7						
	лук репчатый	7	6						
	лавровый лист	0,01	0,01						
	мука пшеничная	1,5	1,5						
	Пюре картофельное (картофель отварной)		80	01.июн	4,08	19	107		№203/520
	картофель	110	80						
	молоко	21	20						
	масло сливочное	5	5						
	соль йодированная	0,4	0,4						
	Напиток из шиповника		150	0	0	18,75	66,75		№705
	шиповник	15	15						
	сахар	10	10						
	Вода	150	150						
	Хлеб пшеничный	20	20	1,43	0,13	8,9	48,24		№1
	Хлеб ржаной	10	10	0,57	0,1	3,75	18,22		№1
			45,85	44729,19	23,15	90,83	641,93		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 30%	Каша вязкая с морковью			5,55	11,85	30	249		№306
Объем блюд:	крупы	32	150						
400г	морковь	32	32						
	лук	12	27						
	масло растительное	4	10						
	соль	0,8	4						
	вода	52	0,8						
	молоко	52	52						
	масло сливочное	5	52						
	Напиток яблочный		5	0,1	0	23,74	91,8		№701
	яблоки	21	180						
	Сахар	10	20						
	Вода	187	10						
	Бисквит или(пудинг манный 100г,		187	1,32	0,5	7,1	74		№000/318
	мука	15	50 (25)						
	сахар	13	15						
	сметана	13	13						

	яйцо 1/бит	7	13					
	ванилин		7					
	соль	0,3	0,001					
	сода	0,01	0,3					
	Хлеб пшеничный	10	0,01	0,71	0,07	4,45	24,12	№1
	Хлеб ржаной	10	10	0,6	0,1	3,75	18,22	№1
	ИТОГО факт%		10	8,28	12,52	69,04	457,14	
	Всего за девятый день факт: %		32,65	35,47	37,76	203,21	1367,42	
ДЕНЬ 10			97,67					
ЗАВТРАК 1,2 25%	Каши рисовая (с изюмом без молока)			2,4	6	35,95	211,5	№300
Объем блюд:	крупя рисовая	42	150					
365г	молоко	123	42					
	сахар	5	123					
	Соль йодированная	0,5	5					
	Масло сливочное	8	0,5					
	изюм	19,5	8					
	Чай с сахаром		19	0	0	16,2	63,6	№685
	Чай высшего или первого сорта	0,6	180					
	Сахар	10	0,6					
	Вода	180	10					
	Хлеб с маслом		180					№1
	Хлеб пшеничный	20	25	1,43	0,14	8,9	48	
	Масло сливочное	5	20	0	4,1	0	36	
	Хлеб ржаной	10	5	0,57	0,1	3,75	18,22	№1
ЗАВТРАК 2, 100г	Сок	100	10	0,2	0	10,1	45	
	ИТОГО завтрак1+ завтрак2 факт%		100	4,6	10,34	74,9	422,32	
ОБЕД 35%	Огурец соленый		30,17	0	0	3	10,2	промыш.
Объем блюд:	Борщ с картофелем (без капусты)		30	1,76	4,24	13	97	№114
560г	свекла	31	150					
	картофель с 01.09.по 31.10 25%	50	24					
	с 31.10.по 31.12 30%	53	30					
	с 31.12.по 28.02 35%	58	30					
	с 29.02.по 01.09 40%	62	30					
	лук репчатый	8	30					
	морковь	6	6					
	томатное пюре	2	5					
	сахар	0,7	3					
	масло растительное	3	1					
	бульон		4					
	зелень	2	144					
	соль йодированная	0,7	2					
	мясо		1					
	сметана	4						
	Мясо духовое		4	18,6	9,8	20,4	250	№435
	мясо говядина/курица	100	200					
	Масло растительное	4	80					
	Соль йодированная	0,2	4					
	картофель с 01.09.по 31.10 25%	107	0,2					
	с 31.10.по 31.12 30%	115	80					
	с 31.12.по 28.02 35%	123	80					
	с 29.02.по 01.09 40%	134	80					
	морковь	21	80					
	томатное пюре	5	17					
	лук репчатый	11	5					
	соль йодированная	0,5	9					
	мука пшеничная	2	0,5					

	зелень	0,1	2						
	Компот из сухофруктов		0,1	0,1	0	19,8	93		№639
	сухофрукты	15	150						
	сахар	8	37						
	вода	150	8						
	Хлеб пшеничный	20	150	1,43	0,13	8,9	48,24		№1
	Хлеб ржаной	10	20	0,57	0,1	3,75	18,22		№1
	ИТОГО факт%		10	22,46	14,27	68,85	516,66		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК 30%	Суп -лапша домашняя		36,90	3	6	13,9	120,0		№148
Объем блюд:	лапша		200						
525г	мука пшеничная	12	20						
	яйцо	3	12						
	вода	2,4	3						
	соль	0,2	2						
	масса вареной лапши		0,2						
	морковь	10	40						
	Лук репчатый	10	8						
	Масло растительное	4	8						
	Бульон		4						
	Соль йодированная	0,80	192						
	мясо		0,80	3,07	1,18	0	24		
	Булочка "К чаю" (сосиска в тесте)		15	6,15	7,5	10,2	120		№770
	мука пшеничная	23	50						
	маргарин сливочный	3,5	23						
	орожки прессованные	0,5	3,5						
	сахар	5	0,5						
	соль йодированная	0,1	5						
	яйца	2	0,1						
	ванилин	0,005	2						
	молоко	13	0,005						
	Компот из свежих фруктов		13	0,1	0	23,76	91,8		№638
	яблоки	30	200						
	Сахар	12	25						
	Вода	208	12						
	Хлеб пшеничный	15	208	1,07	0,1	6,65	36		№1
	Хлеб ржаной	15	15	0,85	0,16	5,6	27,19		№1
	ИТОГО факт%		15	14	9	46	419		
	Всего за десятый день факт:%		29,93	41,1	33,55	189,96	1357,97		
	Меню-раскладка среднесуточная за две недели		97,00	Пищевые вещества (г)					
	Количество дней		<i>от 1года до3х лет</i>	Б	Ж	У	Энергетическая ценность		
	Всего за первый день		<i>норма за день</i>	37,57	40,78	202,41	1394,11		
	Всего за второй день			99,58	47,34	46,35	200,08	1410,16	
	Всего за третий день			100,73	0	0	0	0	
	Всего за четвертый день			0,00	40,14	43,09	211,25	1362,36	
	Всего за пятый день			97,31	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	
	Всего за шестой день			#REF!	25,89	26,1	119,55	914,78	
	Всего за седьмой день			65,34	42,03	51,03	208,97	1477,82	
	Всего за восьмой день			105,56	52,74	53,18	180,24	1354,05	
	Всего за девятый день			96,72	35,47	37,76	203,21	1367,42	
	Всего за десятый день			97,67	41,1	33,55	189,96	1357,97	
	итого за 10 дней факт			97,00	#REF!	#REF!	#REF!	#REF!	
	итого за 10 дней план 90%			#REF!	37,8	42,3	182,7	1260	
	итого за 10 дней план 100%			90,00	42	47	203	1400	

*ПРИМЕЧАНИЕ:
СанПиН
2.3.2.4.3590-
20, раздел 8,
п. 8.1.2.3.
допускается в
течение дня
отступление от
норм
калорийности
по отдельным
приемам пищи в
пределах +/- 5%
при условии, что
средний процент
пищевой
ценности за
неделю будет
соответствова
ть нормам,
приведенным в
таблице №3
приложение 10 к*

100%