Качанова Елена Алексеевна
Подписано цифровой подписью: Качанова Елена Алексеевна
Дата: 2022.10.05 10:58:55 +03'00'

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (1-ый день, понедельник)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотношение	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
								ЗАВТРАК									
Завтрак	**Макароны с маслом**	**150**	**200**					**2,83**	**3,40**	**21,39**	**138,40**	**3,27**	**4,41**	**22,37**	**155,40**		**1**
	Макароны			25	30	25	30	2,81	0,25	21,37	101,50	3,24	0,29	22,34	115,30		
	масло сливочное			3	5	3	5	0,02	3,15	0,02	36,90	0,03	4,12	0,03	40,10		
	Кофейный напиток	**150**	**200**					**3,53**	**3,57**	**12,33**	**99,04**	**3,53**	**3,57**	**13,58**	**108,44**		**2**
	кофейный напиток			2	2	2	2	0,27	0,05	1,28	3,64	0,27	0,05	1,28	3,64		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	молоко			100	100	100	100	3,26	3,52	4,41	64,20	3,26	3,52	4,41	64,20		
	Печенье с маслом	12\5	20\7					0,71	4,65	4,76	65,70	3,00	6,39	13,57	122,90		
	печенье			12	20	12	20	0,69	0,68	4,73	28,60	2,97	1,95	13,53	81,70		
	масло сливочное			5	7	5	7	0,02	3,97	0,03	37,10	0,03	4,44	0,04	41,20		
	среднее значение за завтрак							7,07	11,62	38,48	303,14	9,80	14,37	49,52	386,74		
											21,76				**21,47**	**20,00**	
2 завтрак	**Сок**	**164**	**165**														
	сок			164	165	164	165	**0,45**	**0,00**	**20,28**	**72,30**	**0,75**	**0,00**	**20,28**	**86,30**		
								0,45	**0,00**	**20,28**	**72,30**	**0,75**	**0,00**	**20,28**	**86,30**		
											5,19				**4,79**	**5,00**	
								ОБЕД									
Обед	**Салат из свеклы с растительным маслом**	**35**	**55**					**0,38**	**2,84**	**2,83**	**39,70**	**0,48**	**2,84**	**3,54**	**43,00**		**3**
	свекла			60	80	50	55	0,38	0,00	2,83	13,20	0,48	0,00	3,54	16,50		
	масло растительное			3	3	3	3	0,00	2,84	0,00	26,50	0,00	2,84	0,00	26,50		
	Суп овощной с мясом и сметаной	**150**	**200**					**2,17**	**5,42**	**11,20**	**92,10**	**2,42**	**5,67**	**11,90**	**110,20**		**4**
	масло сливочное			3	4	3	4	0,02	3,87	0,02	36,90	0,02	3,17	0,02	29,70		
	масло растительное			1	2	1	2	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	1,90	0,00	17,60		
	капуста			65	70	39	40	0,35	0,00	1,08	5,90	0,46	0,00	1,44	6,80		
	картофель			60	70	45	50	0,42	0,00	9,10	25,10	0,53	0,00	9,3	31,40		
	лук			8	10	7	8	0,13	0,00	0,56	2,80	0,14	0,00	0,64	3,20		
	мясо свинина			21	21	20	20	1,20	0,60	0,00	10,50	1,20	0,60	0,00	10,50		
	сметана			5	5	5	5	0,09	0,86	0,07	8,60	0,09	0,86	0,07	8,60		
	морковь			8	10	6	8	0,05	0,00	0,44	2,10	0,07	0,00	0,50	2,40		
	Гуляш печеночный в соусе	**60**	**70**					**6,05**	**6,92**	**3,19**	**102,49**	**6,29**	**6,95**	**4,84**	**120,04**		**5**
	печень говяжья			99	125	98	124	5,55	2,76	0,00	48,50	5,55	2,76	0,00	48,50		
	масло сливочное			4	4	4	4	0,02	3,17	0,02	29,70	0,02	3,17	0,02	29,70		
	масло растительное			1	1	1	1	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	0,95	0,00	8,80		
	мука			5	8	5	8	0,25	0,04	1,96	9,50	0,41	0,07	3,27	15,70		

	сметана			4	8	4	8	0,09	0,86	0,07	8,60	0,10	0,86	0,08	9,56		
	томат-паста			1	2	1	2	0,04	0,00	0,18	0,90	0,08	0,00	0,35	1,80		
	чеснок			1	2	1	2	0,01	0,00	0,03	0,19	0,02	0,00	0,06	0,38		
	морковь			8	10	7	8	0,05	0,00	0,44	2,10	0,07	0,00	0,50	2,40		
	лук			8	10	7	8	0,13	0,00	0,56	2,80	0,14	0,00	0,64	3,20		
	Каша гречневая	**110**	**130**					**3,46**	**3,29**	**24,98**	**147,20**	**4,33**	**5,11**	**31,24**	**193,30**		**6**
	крупа гречневая			40	50	40	50	3,45	0,91	24,96	124,90	4,31	1,14	31,21	156,20		
	масло сливочное			3	5	3	5	0,01	2,38	0,02	22,30	0,02	3,97	0,03	37,10		
	Компот из изюма	**150**	**180**					**0,27**	**0,00**	**13,35**	**59,80**	**0,32**	**0,00**	**15,82**	**74,40**	**0\50**	**7**
	изюм			11	13	11	13	0,27	0,00	6,71	28,60	0,32	0,00	7,93	33,80		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб ржаной	**40**	**50**	**40**	**50**	**40**	**50**	**1,88**	**0,30**	**15,68**	**17,70**	**2,35**	**0,37**	**19,60**	**93,40**		
	среднее значение за обед							**14,21**	**18,77**	**71,23**	**458,99**	**16,19**	**20,94**	**86,94**	**634,34**		
											32,94				**35,21**	**35,00**	
	ПОЛДНИК																
Полдник	**Молоко**	**150**	**200**					**5,57**	**5,28**	**12,52**	**119,22**	**7,36**	**7,04**	**8,92**	**156,40**		
	молоко			**160**	**210**	**150**	**200**	4,89	5,28	7,62	96,30	6,52	7,04	8,82	128,40		
	Груша	**95**	**100**					0,34	0,00	2,45	**11,46**	0,42	0,00	0,05	**14,00**		
	Груша			108	114	95	100	0,34	0,00	2,45	11,46	0,42	0,00	0,05	14,00		
	Гренка с сыром	**20**	**25**					**4,23**	**1,49**	**9,09**	**78,65**	**5,15**	**4,30**	**10,51**	**102,50**		**8**
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	сыр			6	12	6	12	1,99	0,10	0,21	19,60	2,76	2,80	0,62	35,70		
	молоко			20	20	20	20	0,65	0,70	0,88	12,80	0,65	0,70	0,88	12,80		
	яйцо 1/10			4	4	4	4	0,53	0,52	0,03	7,65	0,63	0,60	0,03	8,30		
	Среднее значение за полдник							10,14	6,77	24,06	209,33	12,93	11,34	19,48	272,90		
											15,02				**15,15**	**15,00**	
	УЖИН																
Ужин	**Рыба тушеная с овощами**	**80**	**90**					**4,58**	**3,73**	**3,52**	**77,53**	**7,22**	**2,86**	**3,85**	**71,63**		**9**
	рыба			60	80	50	60	4,15	0,10	0,00	31,80	6,72	0,17	0,00	33,20		
	масло			3	2	3	2	0,00	2,84	0,00	26,50	0,00	1,90	0,00	17,60		
	масло сливочное			1	1	1	1	0,00	0,79	0,00	7,40	0,00	0,79	0,00	7,40		
	морковь			30	30	25	25	0,22	0,00	2,57	7,40	0,22	0,00	2,57	7,40		
	лук			15	20	11	15	0,20	0,00	0,88	4,40	0,27	0,00	1,21	6,00		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	Картофельное пюре	**140**	**160**					**0,52**	**2,97**	**17,75**	**108,80**	**1,35**	**6,07**	**46,37**	**154,40**		**10**
	картофель			150	190	90	140	0,35	0,00	12,83	56,40	0,68	0,00	31,45	107,80		
	молоко			20	21	20	21	0,15	0,10	4,90	15,50	0,65	2,90	14,90	16,90		
	масло сливочное			3	4	3	4	0,02	2,87	0,02	36,90	0,02	3,17	0,02	29,70		
	Чай с молоком	**150**	**200**					**3,31**	**3,52**	**11,06**	**95,40**	**3,31**	**3,52**	**12,31**	**104,80**		**11**
	чай			2	2	2	2	0,05	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	молоко			100	100	100	100	3,26	3,52	4,41	64,20	3,26	3,52	4,41	64,20		
	Хлеб пшеничный	30	40	30	40	30	40	2,02	0,20	14,08	67,80	2,69	0,26	20,78	90,40		
	Среднее значение за ужин							10,43	10,42	46,41	349,53	14,57	12,71	83,31	421,23		
											25,09				**23,38**	**25,00**	
%содержание								**101**	**101**	**99**	**100**	**100**	**99**	**99**	**100**		
сред.значение	**Среднее значение за 1-ый день**							**42,30**	**47,58**	**200,46**	**1393,29**	**54,24**	**59,36**	**259,53**	**1801,51**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (2-й день, вторник)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотношение	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
	ЗАВТРАК																
Завтрак	**Каша ячневая на молоке с маслом**	**150**	**200**					**10,17**	**6,93**	**36,52**	**271,90**	**10,20**	**6,94**	**40,83**	**311,90**		**12**
	ячневая крупа			25	40	25	40	0,13	0,04	26,58	37,40	0,16	0,05	29,90	73,40		
	молоко			130	130	130	130	1,59	1,28	6,62	96,30	1,59	1,28	6,62	96,30		
	масло сливочное			2	2	2	2	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	сахар			2	3	2	3	0,00	0,00	2,97	12,20	0,00	0,00	3,96	16,20		
	Яйцо вареное	**1**	**1**					**4,22**	**2,01**	**0,17**	**55,60**	**4,22**	**2,01**	**0,17**	**55,60**		
	яйцо 1,0			40	40	40	40	4,22	2,01	0,17	55,60	4,22	2,01	0,17	55,60		
	Какао на молоке	**150**	**200**					**2,29**	**3,47**	**13,64**	**121,99**	**3,99**	**4,25**	**13,50**	**119,47**		**13**
	какао			2	2	2	2	0,20	0,19	0,38	4,19	0,40	0,37	0,76	8,27		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Молоко			150	160	150	160	2,09	3,28	6,62	86,60	3,59	3,88	4,85	70,60		
	Хлеб пшеничный (батон) с маслом.	**20\5**	**25\8**					**1,08**	**4,14**	**8,00**	**75,70**	**1,15**	**6,55**	**9,03**	**105,00**		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	масло сливочное			5	8	5	8	0,02	3,97	0,03	37,10	0,04	6,35	0,05	59,30		
	среднее значение за завтрак							13,54	14,54	58,16	469,59	15,34	17,74	63,36	536,37		
											34				**30**	**20.00**	
2 завтрак																	
	Яблоко	**95**	**100**			95	100	**0,40**	**0,00**	**12,27**	**39,60**	**2,22**	**0,00**	**44,28**	**61,20**		
	итого			108	114	95	100	**0,40**	**0,00**	**12,27**	**39,60**	**0,42**	**0,00**	**12,27**	**41,20**		
											2,84				**2,32**	**5,00**	
	ОБЕД																
Обед	**Салат из свежих помидоров**	**45**	**50**					**0,49**	**3,79**	**3,37**	**56,10**	**0,50**	**4,74**	**5,82**	**73,80**		**14**
	помидоры			60	80	45	50	0,49	0,00	3,37	20,80	0,50	0,00	5,82	29,70		
	масло растительное			4	5	4	5	0,00	3,79	0,00	35,30	0,00	4,74	0,00	44,10		
	Суп картофельный с мясом	**150**	**200**					**1,18**	**6,07**	**13,78**	**80,50**	**1,55**	**7,25**	**15,48**	**95,00**		**15**
	масло сливочное			2	2	2	2	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	масло растительное			2	3	2	3	0,00	3,79	0,00	35,30	0,00	4,74	0,00	44,10		
	картофель			145	170	95	100	0,26	0,00	12,83	16,40	0,35	0,00	14,26	17,70		
	лук			8	10	6	8	0,13	0,00	0,56	2,80	0,14	0,00	0,64	3,20		
	мясо свинина			12	17	10	15	0,73	0,69	0,00	9,40	0,97	0,92	0,00	12,50		
	морковь			8	10	6	8	0,05	0,00	0,38	1,80	0,08	0,00	0,57	2,70		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	Ёжики мясные со сметанной подливой	**50/20**	**60/20**					**4,71**	**8,16**	**13,24**	**123,49**	**6,46**	**10,41**	**23,48**	**139,80**		**16**
	свинина			57	62	55	60	3,50	1,24	0,00	39,30	5,25	2,61	0,00	45,90		
	масло растительное			2	3	2	3	0,00	3,79	0,00	35,30	0,00	4,74	0,00	44,10		
	яйцо 1/8			5	5	5	5	0,53	0,50	0,02	6,90	0,53	0,50	0,02	6,90		
	рис			15	18	15	18	0,16	0,02	11,01	8,50	0,16	0,02	21,22	9,20		
	чеснок			1	2	1	2	0,01	0,00	0,03	0,19	0,02	0,00	0,06	0,38		
	мука			3	3	3	3	0,25	0,04	1,96	8,50	0,25	0,04	1,96	8,50		
	сметана			9	11	9	11	0,26	2,57	0,22	24,80	0,25	2,50	0,22	24,82		
	Капуста тушеная	**110**	**150**					**0,26**	**2,38**	**4,93**	**32,40**	**0,31**	**2,38**	**6,10**	**34,60**		**65**
	капуста			230	240	130	140	0,07	0,00	3,97	5,50	0,08	0,00	4,87	6,40		
	морковь			8	10	6	8	0,05	0,00	0,38	1,80	0,08	0,00	0,57	2,70		
	лук			8	10	6	8	0,13	0,00	0,56	2,80	0,14	0,00	0,64	3,20		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	2,38	0,02	22,30	0,01	2,38	0,02	22,30		
	Компот из чернослива	**150**	**180**					**0,28**	**0,00**	**11,76**	**43,40**	**0,38**	**0,00**	**14,88**	**54,70**	**35\50**	**17**
	чернослив			13	15	13	15	0,28	0,00	5,12	12,20	0,38	0,00	6,99	14,10		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		

	Хлеб ржаной	**40**	**50**	**40**	**50**	**40**	**50**	**1,88**	**0,30**	**15,68**	**74,70**	**2,35**	**0,37**	**19,60**	**93,40**		
	среднее значение за обед							**8,80**	**20,70**	**62,76**	**410,59**	**11,55**	**25,15**	**85,4**	**491,30**		
	%содержание										**29,46**				**27,63**	**35,00**	
	ПОЛДНИК																
	Ряженка	**180**	**200**					3,28	5,83	5,40	122,70	3,73	6,66	9,60	138,80		
	Ряженка			**180**	**200**	**180**	**200**	3,28	5,83	5,40	122,70	3,73	6,66	9,60	138,80		
Полдник																	
	Хлеб пшеничный (батон) с повидлом	**20\ 15**	**25/ 20**					**1,41**	**0,20**	**13,90**	**64,70**	**1,18**	**0,20**	**25,26**	**95,90**		
	хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,39	0,20	9,64	47,10	1,11	0,20	8,98	45,70		
	повидло			15	20	15	20	0,02	0,00	4,26	17,60	0,07	0,00	16,28	50,20		
	Салат витаминный	**40**	**50**					**0,44**	**0,00**	**4,77**	**21,36**	**0,52**	**0,00**	**2,33**	**24,01**		**18**
	морковь			**62**	**64**	**40**	**41**	0,34	0,00	2,45	11,46	0,42	0,00	0,01	14,11		
	яблоко			30	35	10	12	0,10	0,00	2,32	9,90	0,10	0,00	2,32	9,90		
	среднее значение за полдник							5,23	6,03	26,39	218,66	5,53	6,86	39,51	268,61		
	%содержание										**15,69**				**15,11**	15,00	
	УЖИН																
	Ленивые варенники с вишневой подливой	**120**	**140**					**12,89**	**5,50**	**21,70**	**182,00**	**19,30**	**9,27**	**27,82**	**323,15**		**19**
	творог			75	100	75	100	9,08	0,19	0,59	46,40	14,79	0,60	1,03	98,05		
Ужин	сахар			3	5	3	5	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	мука			20	25	20	25	1,65	0,28	13,08	43,00	2,34	1,26	17,49	93,70		
	яйцо 1/4			12	12	12	12	1,16	1,10	0,05	15,20	1,16	1,10	0,05	15,20		
	масло сливочное			3	5	3	5	0,02	2,87	0,02	26,90	0,03	5,25	0,04	56,30		
	молоко			30	30	30	30	0,98	1,06	1,32	19,30	0,98	1,06	1,32	19,30		
	Ягодная подлива	**20**	**20**					**0,06**	**0,00**	**10,37**	**3,26**	**0,07**	**0,00**	**10,37**	**3,74**		**20**
	крахмал			5	5	5	5	0,00	0,00	9,46	2,90	0,00	0,00	9,46	2,90		
	ягода			12	12	12	12	0,06	0,00	0,91	0,36	0,07	0,00	0,91	0,84		
	Чай с сахаром	**150**	**200**					**0,05**	**0,00**	**6,65**	**31,20**	**0,05**	**0,00**	**7,90**	**40,60**		**21**
	чай			2	2	2	2	0,05	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб пшеничный	20	30	20	30	20	30	1,06	0,17	8,94	38,60	1,89	0,64	14,46	73,00		
	среднее значение за ужин							14,06	5,67	47,66	255,06	21,31	9,91	60,55	440,49		
	%содержание										**18,30**				**24,77**	25,00	
%содержание								**100**	**100**	**102**	**100**	**100**	**99**	**100**	**99**		
сред.значение	**за 2-ой день**							**42,03**	**46,94**	**207,24**	**1393,50**	**54,15**	**59,66**	**261,05**	**1777,97**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (3-ий день, среда)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотнош	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
								ЗАВТРАК									
Завтрак	**Каша манная**	**150**	**200**					**3,51**	**5,25**	**21,03**	**165,36**	**4,99**	**5,25**	**22,32**	**196,08**		**22**
	Масло			2	2	2	2	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	Манная крупа			20	22	20	22	0,42	0,01	13,10	70,16	1,90	0,01	13,40	96,88		
	Сахар			2	3	2	3	0,00	0,00	2,97	12,20	0,00	0,00	3,96	16,20		
	Молоко			100	100	100	100	3,08	3,65	4,95	68,20	3,08	3,65	4,95	68,20		
	Чай слимоном	**150**	**200**					**0,06**	**0,00**	**6,88**	**32,20**	**0,07**	**0,00**	**8,13**	**42,50**		**23**
	чай			2	2	2	2	0,05	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	лимон			5	7	5	7	0,01	0,00	0,23	1,00	0,02	0,00	0,23	1,90		
	Хлеб пшеничный с сыром, маслом	**20/5**	**25/10**					2,11	4,94	8,21	95,30	3,67	8,73	9,24	173,40		
	Хлеб пшеничный (батон)			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	масло сливочное			5	8	5	8	0,02	3,97	0,03	37,10	0,04	6,35	0,05	59,30		
	сыр			9	13	9	13	1,03	0,80	0,21	19,60	2,52	2,18	0,21	68,40		
	Средняя группа за завтрак							5,68	10,19	36,12	292,86	8,73	13,98	39,69	411,98		
	%содержание										**21**				**23**	**20,00**	
2 завтрак	**Мандарин**	**95**	**100**					0,28	0,00	9,52	69,50	0,28	0,00	9,60	99,99		
	Мандарин			108	114	95	100	0,28	0,00	9,52	69,50	0,28	0,00	9,60	99,99		
								0,00	9,52	69,50	69,50	0,00	9,60	99,99	79,95		
											4,97				**4,46**	**5,00**	
								ОБЕД									
Обед	**Салат из свежих огурцов**	**43**	**49**					**0,34**	**2,84**	**1,10**	**32,77**	**0,42**	**2,84**	**1,11**	**40,58**		**24**
	огурцы			58	64	40	46	0,34	0,00	1,10	6,30	0,42	0,00	1,11	14,11		
	Масло ратительное			3	3	3	3	0,00	2,84	0,00	26,47	0,00	2,84	0,00	26,47		
	Бульон куриный с гренками	**150**	**200**					**1,53**	**1,14**	**9,46**	**59,63**	**3,00**	**1,34**	**20,18**	**123,46**		**25**
	Лук репчатый			5	10	4	8	0,07	0,00	0,32	1,61	0,14	0,00	0,34	3,22		
	Морковь			8	10	7	8	0,06	0,00	0,44	2,05	0,07	0,00	0,5	2,35		
	Хлеб пшеничный			20	40	20	40	1,39	0,20	8,63	47,12	2,78	0,40	19,27	94,24		
	масло растительное			1	1	1	1	0,00	0,94	0,00	8,82	0,00	0,94	0,00	8,82		
	масло сливочное			2	2	2	2	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	Суфле из отварной курицы с соусом	**70/20**	**80/20**					**15,89**	**6,00**	**9,04**	**179,43**	**16,61**	**8,53**	**11,70**	**202,83**		**26**
	Курица			115	135	102	120	12,98	0,21	0,59	66,70	13,68	2,72	0,81	68,90		
	Молоко			10	10	10	10	0,84	1,05	1,35	18,60	0,84	1,05	1,35	18,60		
	Мука пшеничная			4	4	4	4	0,28	0,03	2,09	10,03	0,28	0,03	2,09	10,03		
	Масло сливочное			2	2	2	2	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		

	Яйцо 1/4			4,8	4,8	4,8	4,8	0,63	0,60	0,03	8,30	0,63	0,60	0,03	8,30		
	рис			8	18	8	18	0,90	0,07	4,76	36,40	0,91	0,09	7,20	33,00		
	масло растительное			2	2	2	2	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	1,90	0,00	17,60		
	Сметана			9	11	9	11	0,26	2,14	0,22	21,80	0,27	2,14	0,22	31,60		
	Картофель тушеный	**120**	**140**					**4,15**	**2,82**	**11,15**	**97,46**	**4,17**	**5,19**	**11,21**	**131,65**		**27**
	Картофель			170	217	95	135	3,00	0,00	9,60	60,19	3,01	0,00	9,65	72,10		
	Масло сливочное			2	5	2	5	0,01	1,59	0,01	14,80	0,02	3,96	0,02	37,08		
	Молоко			25	25	25	25	1,14	1,23	1,54	22,47	1,14	1,23	1,54	22,47		
	Компот из кураги	**150**	**180**					**0,05**	**0,00**	**7,85**	**47,15**	**0,07**	**0,00**	**9,11**	**59,10**		**28**
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	курага			12	13	12	13	0,05	0,00	1,21	15,95	0,07	0,00	1,22	18,50		
	Хлеб ржаной	**40**	**50**					**1,88**	**0,30**	**15,68**	**74,70**	**2,35**	**0,37**	**19,60**	**93,40**		
	Хлеб ржаной			**40**	**50**	**40**	**50**	**1,88**	**0,30**	**15,68**	**74,70**	**2,35**	**0,37**	**19,60**	**93,40**		
	Среднее значение за обед							23,84	13,10	54,28	491,14	26,62	18,27	72,91	651,02		
	%содержание										**35,09**				**36,33**	**35**	
Полдник	**ПОЛДНИК**																
	Чай с молоком	**150**	**200**					**3,78**	**4,22**	**11,94**	**127,90**	**3,78**	**4,22**	**13,19**	**137,30**		**29**
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Молоко			105	105	105	105	3,73	4,22	5,29	96,70	3,73	4,22	5,29	96,70		
	чай			2	2	2	2	0,05	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	Хлеб пшеничный (батон)	**20**	**25**					**1,06**	**0,17**	**7,97**	**38,60**	**1,11**	**0,20**	**8,98**	**45,70**		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	Среднее значение за полдник							4,84	4,39	19,91	166,50	4,89	4,42	22,17	183,00		
	%содержание										**11,90**				**10,21**	15	
Ужин	**УЖИН**																
	Оладьи с сахаром	**120**	**140**					**6,82**	**7,50**	**7,04**	**244,58**	**6,86**	**7,50**	**8,03**	**291,78**		**30**
	Мука			60	67	60	67	3,85	0,11	0,90	119,20	3,89	0,11	0,90	162,40		
	Молоко			60	60	60	60	2,28	2,46	3,08	44,94	2,28	2,46	3,08	44,94		
	Сахар			3	4	3	4	0,00	0,00	2,97	12,20	0,00	0,00	3,96	16,20		
	яйцо 1/10			4,8	4,8	4,8	4,8	0,53	0,60	0,03	8,30	0,53	0,60	0,03	8,30		
	Дрожжи			1	1	1	1	0,16	0,01	0,06	1,01	0,16	0,01	0,06	1,01		
	Масло растительное			5	5	5	5	0,00	2,74	0,00	44,10	0,00	2,74	0,00	44,10		
	Масло сливочное			2	2	2	2	0,00	1,58	0,00	14,83	0,00	1,58	0,00	14,83		
	Молоко	**150**	**200**					**5,02**	**2,28**	**5,91**	**96,30**	**5,52**	**6,00**	**6,88**	**128,40**		
	Молоко			156	206	150	200	5,02	2,28	5,91	96,30	5,52	6,00	6,88	128,40		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	Среднее значение за ужин							7,18	9,95	20,92	379,48	13,49	13,70	23,89	465,88		
	%содержание										**27,12**				**26,00**	25	
%содержание								**99**	**100**	**99**	**100**	**100**	**100**	**99**	**100**		
сред.значение	**Среднее значение за 3-ый день**							**41,54**	**47,15**	**200,73**	**1399,48**	**53,73**	**59,97**	**258,65**	**1791,83**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (4-ый день, четверг)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотношения	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
								ЗАВТРАК									
Завтрак	**Творожный пудинг**	**120/10**	**150/20**					**12,52**	**5,10**	**22,50**	**238,55**	**14,04**	**5,89**	**26,66**	**280,95**		**31**
	Творог			77	105	77	105	9,90	0,28	2,19	118,90	10,90	1,03	1,28	122,50		
	Крупа манная			7	12	7	12	0,67	0,05	8,93	33,40	1,14	0,09	10,44	41,00		
	Молоко			20	20	20	20	0,65	0,70	0,88	12,80	0,65	0,70	0,88	12,80		
	Яйцо 1/4			16	16	16	16	1,27	1,70	0,05	16,60	1,27	1,70	0,05	16,60		
	Масло сливочное			3	3	3	3	0,01	2,37	0,01	22,25	0,01	2,37	0,01	22,25		
	Сахар			4	4	4	4	0,00	0,00	3,82	15,60	0,00	0,00	3,82	15,60		
	повидло			7	20	7	20	0,02	0,00	6,62	19,00	0,07	0,00	10,18	50,20		
	Чай с сахаром	**150**	**200**					**0,05**	**0,00**	**6,65**	**31,20**	**0,05**	**0,00**	**7,90**	**40,60**		**32**
	Чай			2	2	2	2	0,05	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб пшеничный с маслом	**20/5**	**25/8**					**1,08**	**4,14**	**8,00**	**75,70**	**1,15**	**6,55**	**9,03**	**105,00**		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	Масло сливочное			5	8	5	8	0,02	3,97	0,03	37,10	0,04	6,35	0,05	59,30		
	Среднее значение за завтрак							13,65	9,24	37,15	345,45	15,24	12,44	43,59	426,55		
	%содержание										**24,8**				**24**	**20,00**	
2 завтрак	**Сок виноградный**	**165**	**165**					0,65	0,00	15,39	74,00	0,75	0,00	20,28	82,30		
	Сок виноградный			165	165	165	165	**0,65**	**0,00**	**15,39**	**74,00**	**0,75**	**0,00**	**20,28**	**82,30**		
								0,00	15,39	15,39	74,00	0,75	0,00	20,28	82,30		
											5,32				**4,59**	**5,00**	
								ОБЕД									
Обед	**Салат из свежей капусты**	**45**	**50**					**0,48**	**0,84**	**1,58**	**16,33**	**0,90**	**2,13**	**2,93**	**33,36**		**33**
	Капуста			70	70	45	45	0,41	0,00	1,26	5,90	0,81	0,00	2,53	13,70		
	Лук репчатый			5	6	4	5	0,07	0,00	0,32	1,61	0,09	0,00	0,40	2,01		
	Масло растительное			1	2	1	2	0,00	0,84	0,00	8,82	0,00	2,13	0,00	17,65		
	Свекольник с мясом и сметаной	**150**	**200**					**1,22**	**2,65**	**10,25**	**67,02**	**1,82**	**3,09**	**15,73**	**102,96**		**34**
	Свёкла			80	90	65	75	0,46	0,00	3,39	15,79	0,72	0,00	5,30	24,70		
	Картофель			90	100	60	65	0,42	0,00	5,70	25,10	0,63	0,00	8,55	37,60		
	Лук репчатый			6	10	5	9	0,09	0,00	0,40	2,01	0,16	0,00	0,72	3,62		
	Морковь			12	20	10	16	0,08	0,00	0,62	2,94	0,14	0,00	1,0	4,70		
	Масло растительное			1	1	1	1	0,00	0,94	0,00	8,82	0,00	0,94	0,00	8,82		
	Сметана			6	7	6	7	0,17	1,71	0,14	12,36	0,17	2,15	0,16	13,02		
	Мясо свинина			15	15	14	14	1,20	0,60	0,00	10,50	1,20	0,60	0,00	10,50		
	Котлета мясная	**50**	**60**					**5,03**	**3,32**	**5,94**	**81,45**	**6,46**	**6,91**	**31,00**	**127,10**		**35**
	Мясо свинина			52	62	51	61	4,05	1,52	0,00	35,40	5,25	3,61	0,00	45,90		
	Лук репчатый			5	5	4	4	0,07	0,00	0,32	1,61	0,07	0,00	0,32	1,61		
	Масло растительное			1	2	1	2	0,00	0,94	0,00	8,82	0,00	2,00	0,00	17,65		
	Хлеб пшеничный			7	8	7	8	0,48	0,07	3,37	16,49	0,55	0,09	3,85	18,84		

	Мука пшеничная			4	5	4	5	0,28	0,03	2,09	10,03	0,41	0,07	3,27	15,70		
	сметана			3	4	3	4	0,09	0,76	0,09	8,60	0,12	1,14	0,10	11,50		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	чеснок			3	3	3	3	0,06	0,00	0,07	0,50	0,06	0,00	0,07	0,50		
	Яйцо 1/8			8	8	8	8	0,51	0,18	0,04	15,40	51,00	0,18	0,04	15,40		
	Каша перловая с маслом	**110**	**130**					**2,10**	**1,36**	**50,62**	**159,70**	**2,60**	**1,71**	**52,52**	**178,10**		**36**
	Крупа перловая			34	47	34	47	2,09	0,16	50,60	137,40	2,59	0,51	52,50	155,80		
	Масло сливочное			3	3	3	3	0,01	1,20	0,02	22,30	0,01	1,20	0,02	22,30		
	Компот из свежих яблок	**150**	**180**					**0,06**	**0,00**	**8,03**	**37,10**	**0,10**	**0,00**	**10,21**	**50,50**		**37**
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Яблоко			20	30	17	26	0,06	0,00	1,39	5,90	0,10	0,00	2,32	9,90		
	Хлеб ржаной	**40**	**50**	**40**	**50**	**40**	**50**	**1,88**	**0,30**	**15,68**	**74,70**	**2,35**	**0,37**	**19,60**	**93,40**		
	Среднее значение за обед							10,77	8,47	92,10	436,30	14,23	14,21	132,0	585,42		
	%содержание										**31,35**				**32,67**	**35**	
Полдник	**ПОЛДНИК**																
	Кефир	**160**	**200**					**5,04**	**2,00**	**13,20**	**155,40**	**6,02**	**13,89**	**12,60**	**183,25**		
	Кефир			160	200	160	200	5,04	2,00	13,20	155,40	6,02	13,89	12,60	183,25		
	Вафли	**12**	**20**					**0,32**	**0,28**	**13,10**	**35,00**	**0,64**	**1,32**	**16,20**	**86,00**		
	Вафли			12	20	12	20	0,32	0,28	13,10	35,00	0,64	1,32	16,20	70,00		
	Фруктово-овощной салат	**50**	**60**					**0,34**	**0,00**	**2,45**	**11,46**	**0,42**	**0,00**	**0,01**	**12,11**		**38**
	Морковь			60	70	39	50	0,34	0,00	2,45	11,46	0,42	0,00	0,01	12,11		
	яблоко			30	30	16	16	0,10	0,00	2,32	9,90	0,10	0,00	2,32	9,90		
	Среднее значение за полдник							5,70	2,28	28,75	201,86	7,08	15,21	28,81	281,36		
	%содержание										**14,50**				**15,70**	15	
Ужин	**УЖИН**																
	Омлет	**120**	**150**					**5,8**	**8,26**	**7,08**	**167,13**	**7,40**	**14,31**	**10,51**	**215,58**		**90**
	Масло растительное			5	6	5	6	0,00	2,74	0,00	44,10	0,00	5,69	0,00	52,90		
	Молоко			60	100	60	100	1,30	0,41	1,96	25,70	2,80	3,50	4,50	62,00		
	Яйцо 1 1/3			58	58	58	58	4,22	3,88	0,20	65,00	4,22	3,88	0,20	65,00		
	Мука пшеничная			3	4	3	4	0,28	0,03	4,90	10,03	0,37	0,04	5,79	13,38		
	Масло сливочное			3	3	3	3	0,01	1,20	0,02	22,30	0,01	1,20	0,02	22,30		
	Рыба отварная	**50**	**60**					**2,15**	**0,15**	**0,00**	**31,80**	**5,15**	**0,20**	**0,00**	**48,90**		**39**
	Рыба отварная			65	75	50	60	2,15	0,15	0,00	31,80	5,15	0,20	0,00	48,90		
	Кофейный напиток	**150**	**200**					**2,93**	**3,53**	**11,78**	**96,52**	**2,93**	**3,53**	**13,03**	**105,92**		**40**
	Кофе злаковый			2	2	2	2	0,13	0,03	0,64	3,32	0,13	0,03	0,64	3,32		
	Молоко			100	100	100	100	2,80	3,50	4,50	62,00	2,80	3,50	4,50	62,00		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	Среднее значение за ужин							11,95	12,11	26,83	334,05	16,59	18,24	32,52	416,10		
	%содержание										**24,00**				**23,22**	**25,00**	
%содержание								**100**	**101**	**99**	**99**	**100**	**100**	**99**	**100**		
сред.значение	**за 4-ый день**							**42,07**	**47,49**	**200,22**	**1391,66**	**53,89**	**60,10**	**257,19**	**1791,73**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (5-ый день, пятница)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотношен	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
								ЗАВТРАК									
Завтрак	**Каша геркулесовая молочная**	**150**	**200**					**7,23**	**7,74**	**13,56**	**162,73**	**10,22**	**11,10**	**23,74**	**265,20**		**41**
	Геркулес			15	30	15	30	0,33	0,87	3,96	39,43	1,68	0,89	12,94	90,90		
	Молоко			150	160	150	160	6,89	5,28	6,62	96,30	8,52	7,04	6,82	128,40		
	Масло сливочное			2	2	2	2	0,01	1,59	0,01	14,80	0,02	3,17	0,02	29,70		
	Сахар			2	3	2	3	0,00	0,00	2,97	12,20	0,00	0,00	3,96	16,20		
	Какао на молоке	**150**	**200**					**4,00**	**4,59**	**13,64**	**131,63**	**8,72**	**7,15**	**12,77**	**173,13**		**42**
	Какао			2	2	2	2	0,20	0,09	0,38	4,13	0,20	0,11	0,38	4,13		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Молоко			190	200	190	200	3,80	4,50	6,62	96,30	8,52	7,04	4,50	128,40		
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	**20/5\9**	**25/8**					2,41	4,54	8,21	94,30	2,67	5,73	10,25	163,40		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	Масло сливочное			5	8	5	8	0,02	3,97	0,03	37,10	0,04	4,35	0,05	59,30		
	сыр			9	12	9	12	1,33	0,40	0,21	18,60	1,52	1,18	1,22	58,40		
	среднее значение за завтрак							13,64	16,87	35,41	388,66	21,61	23,98	46,76	601,73		
																20,00	
2 завтрак	**Сок яблочный**	**165**	**165**					**0,65**	**0,00**	**17,39**	**74,00**	**0,75**	**0,00**	**20,28**	**86,30**		
	Сок яблочный			165	165	165	165	**0,65**	**0,00**	**17,39**	**74,00**	**0,75**	**0,00**	**20,28**	**86,30**		
								0,65	0,00	74,0	74,00	0,75	0,00	86,3	86,30		
	%содержание										**5,27**				**5**	**5,00**	
								ОБЕД									
Обед	**Салат овощной**	**40**	**50**					**0,46**	**1,89**	**1,54**	**25,89**	**0,57**	**1,89**	**1,91**	**27,85**		**43**
	Капуста свежая			42	52	35	43	0,39	0,00	1,22	6,63	0,48	0,00	1,51	8,19		
	Лук репчатый			5	6	4	5	0,07	0,00	0,32	1,61	0,09	0,00	0,40	2,01		
	Масло растительное			2	2	2	2	0,00	1,89	0,00	17,65	0,00	1,89	0,00	17,65		
	Рассольник с мясом	**150**	**200**					**3,21**	**3,48**	**10,54**	**94,20**	**5,22**	**7,61**	**23,95**	**151,66**		**44**
	Картофель			33	50	20	35	0,42	0,00	5,70	25,10	0,63	0,00	10,55	37,60		
	Крупа перловая			5	12	5	12	0,30	0,15	3,35	15,51	2,04	1,28	11,05	37,20		
	Лук репчатый			6	10	5	9	0,09	0,00	0,40	2,01	0,01	0,00	0,72	3,62		
	Морковь			12	20	10	16	0,08	0,00	0,62	2,94	0,14	0,00	1,0	4,70		
	Огурец			23	38	22	36	0,13	0,00	0,24	1,54	0,21	0,00	0,39	2,52		
	Масло сливочное			2	2	2	2	0,01	1,59	0,01	14,80	0,02	3,17	0,02	29,70		
	Сметана			9	11	9	11	0,26	1,14	0,22	21,80	0,25	2,56	0,22	25,82		
	Мясо свинина			16	17	15	16	1,92	0,60	0,00	10,50	1,92	0,60	0,00	10,50		
	Жаркое по-домашнему с мясом	**150**	**180**					**5,84**	**7,07**	**9,16**	**158,69**	**6,34**	**7,27**	**3,54**	**178,88**		**45**
	Масло растительное			2	2	2	2	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	1,90	0,00	17,60		
	Масло сливочное			2	2	3	3	0,01	2,38	0,02	22,30	0,01	2,38	0,02	22,30		
	Мясо свинина			51	60	50	59	3,80	2,79	0,00	34,20	4,50	2,99	0,00	39,30		
	Картофель			220	240	132	140	1,80	0,00	7,81	78,40	1,50	0,00	1,60	90,23		
	Морковь			12	20	10	18	0,08	0,00	0,62	2,94	0,16	0,00	1,13	5,30		
	Лук репчатый			9	10	8	9	0,14	0,00	0,64	3,22	0,16	0,00	0,72	3,62		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	чеснок			3	3	3	3	0,06	0,00	0,07	0,50	0,06	0,00	0,07	0,50		

	Компот из изюма	**150**	**180**					**0,27**	**0,00**	**11,35**	**59,80**	**0,32**	**0,00**	**15,82**	**74,40**		**46**
	изюм			11	14	11	14	0,27	0,00	4,71	28,60	0,32	0,00	7,93	33,80		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб ржаной	**40**	**50**					**1,87**	**0,29**	**15,68**	**74,72**	**2,35**	**0,37**	**17,60**	**93,40**		
	Хлеб ржаной			40	50	40	50	1,87	0,29	15,68	74,72	2,35	0,37	17,60	93,40		
	Среднее значение за обед							11,65	12,73	48,27	413,30	14,80	17,14	62,82	526,19		
	%содержание										**29**				**29,25**	**35,00**	
	ПОЛДНИК																
Полдник	**Чай с сахаром**	**150**	**200**					**0,20**	**0,19**	**7,02**	**35,30**	**0,20**	**0,19**	**8,27**	**44,70**		**47**
	Чай			2	2	2	2	0,20	0,19	0,38	4,10	0,20	0,19	0,38	4,10		
	лимон			5	7	5	7	0,01	0,00	0,23	1,00	0,02	0,00	0,33	1,40		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Плюшка	**60**	**80**					**5,27**	**8,01**	**6,29**	**176,66**	**6,02**	**9,31**	**11,28**	**204,63**		**48**
	Мука пшеничная			45	55	45	55	3,45	1,02	2,56	79,60	3,59	1,03	7,10	92,13		
	Масло растительное			3	3	3	3	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	2,84	0,00	26,50		
	Дрожжи			1	2	1	2	0,24	0,01	0,00	1,56	0,25	0,01	0,00	1,70		
	Молоко			40	50	40	50	1,03	1,41	1,76	25,70	1,63	1,76	2,21	32,10		
	Сахар			2	2	2	2	0,00	0,00	1,91	15,60	0,00	0,00	1,91	15,60		
	Яйцо 1\10			4	4	4	4	0,53	0,50	0,04	6,90	0,53	0,50	0,04	6,90		
	Масло сливочное			2	2	2	2	0,02	3,17	0,02	29,70	0,02	3,17	0,02	29,70		
	Среднее значение за полдник							5,47	8,20	13,31	211,96	6,22	9,50	19,55	249,33		
Ужин	**%содержание**										**15**				**14**	**15,00**	
	УЖИН																
	Овощное рагу с	**180**	**250**					**1,85**	**3,49**	**2,28**	**72,81**	**2,50**	**6,96**	**10,00**	**118,92**		**49**
	Картофель			90	100	50	60	0,40	0,00	0,51	3,10	0,42	0,00	2,70	12,10		
	Масло сливочное			4	4	4	4	0,01	1,59	0,01	14,80	0,02	3,17	0,02	29,70		
	Капуста свежая			215	220	165	170	1,11	0,00	0,47	18,80	1,44	0,00	3,51	22,40		
	Лук репчатый			10	10	8	8	0,10	0,00	0,00	1,58	0,10	0,00	0,00	1,58		
	Масло растительное			2	4	2	4	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	3,79	0,00	35,50		
	Морковь			30	75	27	60	0,23	0,00	1,29	16,93	0,52	0,00	3,77	17,64		
	Яйцо варёное	**1/**	**1/**					**4,41**	**2,02**	**6,58**	**110,60**	**4,41**	**2,01**	**9,72**	**116,86**		**99**
	Яйцо 1,0			40	40	40	40	4,22	2,01	0,17	55,60	4,22	2,01	0,17	55,60		
	Кисель из свеже-мороженых ягод	**150**	**200**					**0,19**	**0,01**	**6,41**	**55,00**	**0,19**	**0,00**	**9,55**	**61,26**		**50**
	Св/морожены ые ягоды			15	15	15	15	0,15	0,01	0,00	29,90	0,15	0,00	0,00	29,90		
	Сахар			5	6	5	6	0,00	0,00	4,95	20,30	0,00	0,00	5,73	23,40		
	Крахмал			5	7	5	7	0,04	0,00	1,46	4,80	0,04	0,00	3,82	7,96		
	Хлеб пшеничный с	**20**	**20**	20	20	20	20	**2,06**	**0,17**	**7,97**	**38,60**	**2,06**	**0,17**	**7,97**	**38,60**		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	2,06	0,17	7,97	38,60	2,06	0,17	7,97	38,60		
	Среднее значение за ужин							10,57	9,35	31,21	315,61	11,22	9,31	45,21	335,64		
	%содержание										**22**				**18,66**	25	
%содер сред.значение								**100**	**100**	**100**	**100**	**101**	**100**	**100**	**100**		
	среднее значение за 5-ый день							**41,98**	**47,15**	**202,20**	**1403,53**	**54,60**	**59,93**	**260,64**	**1799,19**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (8-ой день, понедельник)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотношен	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	нергич.ценност	Б	Ж	У	нергич.ценность		
								ЗАВТРАК									
Завтрак	**Каша пшенная с**	**150**	**200**					**2,12**	**6,18**	**24,11**	**135,43**	**2,53**	**5,19**	**23,23**	**159,33**		**51**
	пшенная крупа			25	35	25	35	0,45	0,26	15,95	59,00	0,86	0,27	15,99	74,80		
	масло сливочное			4	4	4	4	0,02	3,17	0,02	12,20	0,02	2,17	0,02	12,20		
	сухое молоко			11	11	11	11	1,65	2,75	5,17	52,03	1,65	2,75	3,17	52,03		
	сахар			2	3	2	3	0,00	0,00	2,97	12,20	0,00	0,00	4,05	20,30		
	Чай с лимоном	**150**	**200**					**1,79**	**2,78**	**12,68**	**87,55**	**1,94**	**2,10**	**14,67**	**97,67**		**52**
	Чай			2	2	2	2	0,13	0,03	0,64	3,32	0,27	0,05	1,28	3,64		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	сухое молоко			11	11	11	11	1,65	2,75	5,17	52,03	1,65	2,05	5,17	52,03		
	лимон			5	7	5	7	0,01	0,00	0,23	1,00	0,02	0,00	0,33	1,40		
	Печенье с маслом	**12/5**	**20/10**					0,31	4,35	7,76	55,70	1,02	6,98	8,18	115,90		
	печенье			12	20	12	20	0,29	0,38	7,73	18,60	0,97	1,05	8,13	41,70		
	масло			5	10	5	10	0,02	3,97	0,03	37,10	0,05	5,93	0,05	74,20		
	Среднее значение за завтрак							4,22	13,31	44,55	**278,68**	5,49	14,27	46,08	**372,90**		
	%содержани										**19.74**				**20.49**	**20.00**	
2 завтрак	**Груша**	**95**	**100**					0,30	0,00	9,75	39,90	0,31	0,00	10,27	43,40		
				108	114	95	100	0,30	0,00	9,75	39,90	0,31	0,00	10,27	43,40		
								0,30	0,00	9,75	**39,90**	0,00	10,27	43,40	**43,40**		
											2,83				**2,38**	**5,00**	
								ОБЕД									
Обед	**Салат из свежих помидор**	**40**	**60**					**0,24**	**3,79**	**2,21**	**43,42**	**0,33**	**2,84**	**3,77**	**37,49**		**53**
	помидоры			50	73	36	56	0,24	0,00	2,21	8,12	0,33	0,00	3,77	10,99		
	масло растительное			4	4	4	4	0,00	3,79	0,00	35,30	0,00	2,84	0,00	26,50		
	Суп гороховый	**150**	**200**					**2,84**	**3,25**	**13,38**	**74,90**	**3,42**	**3,63**	**17,93**	**156,10**		**54**
	мясо свинина			10	15	11	16	1,50	0,75	0,00	13,10	1,65	0,82	0,00	14,40		
	горох			15	20	15	20	0,78	0,12	7,40	12,70	1,04	0,43	9,86	56,90		
	картофель			30	40	25	35	0,37	0,00	4,96	21,90	0,50	0,00	6,84	30,10		
	морковь			8	10	6	8	0,05	0,00	0,44	2,10	0,08	0,00	0,57	2,70		
	лук			8	10	4	8	0,13	0,00	0,56	2,80	0,14	0,00	0,64	3,20		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	2,38	0,02	22,30	0,01	2,38	0,02	22,30		
	масло растительное			2	3	2	3	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	2,04	0,00	26,50		
	Рулет с яйцом	**60**	**80**					**7,48**	**8,28**	**1,77**	**114,63**	**8,56**	**8,80**	**2,21**	**159,13**		**55**
	мясо свинина			55	60	54	59	4,50	2,24	0,00	39,30	5,25	1,75	0,00	45,90		
	лук			10	10	8	8	0,14	0,00	0,64	3,20	0,14	0,00	0,64	3,20		
	яйцо 1/2			24	24	24	24	2,11	2,01	0,09	27,70	2,11	2,01	0,09	27,70		
	молоко			20	30	20	30	0,65	0,70	0,88	12,80	0,98	1,06	1,32	19,30		
	хлеб пшеничный			10	10	10	10	0,67	0,07	4,69	22,60	0,67	0,07	4,69	22,60		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	2,38	0,02	22,30	0,01	2,08	0,02	22,30		
	масло растительное			1	2	1	2	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	1,90	0,00	17,60		

	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	чеснок			3	3	3	3	0,06	0,00	0,07	0,50	0,06	0,00	0,07	0,50		
	Макароны с маслом	**110**	**120**					**1,65**	**5,52**	**25,81**	**145,70**	**4,24**	**5,71**	**27,86**	**184,30**		**56**
	Макароны			25	30	25	30	0,81	0,15	21,37	91,60	3,24	0,29	22,34	115,30		
	масло сливочное			4	4	4	4	0,02	3,17	0,02	12,20	0,02	2,17	0,02	12,20		
	мука			6	8	6	8	0,56	0,06	4,20	20,10	0,66	0,11	5,23	25,20		
	сметана			9	11	9	11	0,26	2,14	0,22	21,80	0,32	3,14	0,27	31,60		
	Компот из чернослива	**150**	**180**					**0,28**	**0,00**	**11,76**	**53,40**	**0,33**	**0,00**	**13,95**	**66,80**	**35\50**	**57**
	чернослив			11	13	11	13	0,28	0,00	5,12	22,20	0,33	0,00	6,06	26,20		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб ржаной	**40**	**50**	40	50	40	50	1,87	0,29	15,68	74,72	2,35	0,37	17,60	93,40		
	%содержание										**35,90**				**38,31**	35,00	
	среднее значение за обед							14,36	21,13	70,61	**506,77**	19,23	21,35	83,32	**697,22**		
	ПОЛДНИК																
Полдник	**Ряженка**	**150**	**200**					**1,71**	**2,96**	**7,72**	**112,40**	**2,98**	**3,04**	**8,82**	**128,40**		
	ряженка			150	200	150	200	1,71	2,96	7,72	112,40	2,98	3,04	8,82	128,40		
	Хлеб пшеничный	**30/7**	**30\20**					**1,52**	**0,17**	**29,36**	**78,96**	**1,65**	**0,17**	**42,48**	**110,81**		
	хлеб пшеничный			30	30	30	30	1,06	0,17	7,97	38,60	1,06	0,17	7,97	38,60		
	повидло			7	20	7	20	0,02	0,00	16,62	19,00	0,07	0,00	32,18	50,20		
	Морковно-яблочное ассорти	**65**	**70**														
	Морковь			52	57	39	45	0,34	0,00	2,45	11,46	0,42	0,00	0,01	12,11		
	яблоко			30	30	25	25	0,10	0,00	2,32	9,90	0,10	0,00	2,32	9,90		
	%содержание										**14**				**13,81**	15,00	
	итого за полдник							3,57	3,13	39,53	**202,82**	5,05	3,21	51,31	**251,32**		
	УЖИН																
Ужин	**Котлета рыбная паровая**	**60**	**70**					**6,97**	**2,32**	**5,38**	**72,20**	**6,97**	**3,41**	**4,78**	**89,90**		**58**
	рыба			70	70	60	60	4,89	0,10	0,00	21,00	4,89	0,10	0,00	21,00		
	хлеб			10	10	10	10	0,67	0,07	4,69	22,60	0,67	0,07	4,09	22,60		
	масло растительное			1	3	1	3	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	2,04	0,00	26,50		
	яйцо 1/8			4	4	4	4	1,27	1,20	0,05	16,60	1,27	1,20	0,05	16,60		
	лук репка			10	10	8	8	0,14	0,00	0,64	3,20	0,14	0,00	0,64	3,20		
	Картофельное пюре	**120**	**140**					**11,73**	**7,10**	**17,59**	**240,30**	**15,78**	**7,63**	**18,56**	**276,40**		**59**
	картофель			160	190	115	135	2,62	0,00	9,46	61,80	6,55	0,00	9,03	72,10		
	молоко			20	30	20	30	0,55	0,70	0,88	12,80	0,65	0,70	0,88	12,80		
	масло сливочное			3	5	3	5	0,01	2,38	0,02	22,30	0,02	2,91	0,03	37,10		
	Яйцо вареное	**1**	**1**					**4,33**	**2,01**	**7,06**	**87,80**	**4,34**	**2,01**	**8,45**	**98,80**		**99**
	яйцо 1,0			40	40	40	40	4,22	2,01	0,17	55,60	4,22	2,01	0,17	55,60		
	Чай с лимоном	**150**	**200**					**0,06**	**0,00**	**6,88**	**32,20**	**0,07**	**0,00**	**8,27**	**43,20**		**60**
	Чай			2	2	2	2	0,05	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	лимон			5	8	5	8	0,01	0,00	0,23	1,00	0,02	0,00	0,37	2,60		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	%содержание										**27,16**				**25,01**	25,00	
	Среднее значение за ужин							19,82	9,59	37,82	**383,30**	23,93	11,24	40,59	**455,20**		
%содержание								**101**	**100**	**100**	**101**	**99**	**101**	**101**	**101**		
сред.значение	**за 8-ый день**							**42,27**	**47,16**	**202,26**	**1411,47**	**53,70**	**60,34**	**264,70**	**1820,04**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (9-ый день, вторник)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				Витамин С	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
	ЗАВТРАК																
Завтрак	**Каша рисовая молочная с маслом**	**150**	**200**					**3,41**	**6,02**	**28,97**	**171,60**	**5,52**	**7,75**	**30,52**	**234,80**		**61**
	рис			25	35	25	35	0,60	0,93	21,49	82,60	1,92	2,28	21,61	129,10		
	молоко			110	160	110	160	2,80	3,50	4,50	62,00	3,59	3,88	4,85	70,60		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	сахар			2	3	2	3	0,00	0,00	2,97	12,20	0,00	0,00	4,05	20,30		
	Кофейный напиток	**150**	**200**					**3,72**	**3,91**	**12,13**	**105,12**	**3,86**	**3,93**	**14,02**	**114,84**		**62**
	Кофе злаковый			1	2	1	2	0,13	0,03	0,64	3,32	0,27	0,05	1,28	3,64		
	Молоко			160	160	160	160	3,59	3,88	4,85	70,60	3,59	3,88	4,85	70,60		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб пшеничный с маслом	**20/ 7**	**25/ 8/**					1,08	4,14	8,00	75,70	1,15	6,55	9,03	105,00		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	масло сливочное			7	8	7	8	0,02	3,97	0,03	37,10	0,04	6,35	0,05	59,30		
	%содержание										**25,3**				**25,55**	20,00	
	Среднее значениеза завтрак							8,21	14,07	49,10	**352,42**	10,53	18,23	53,57	**454,64**		
2 завтрак	**Апельсин**	108	114	95	100	95	100	0,09	0,00	9,51	28,30	0,41	0,00	9,52	60,15		
	апельсин	108	114	95	100			0,09	0,00	9,51	28,30	0,41	0,00	9,52	40,15		
	%содержание										**2,03**				**3,38**	**5,00**	
								0,09	0,00	9,51	28,30	0,41	0,00	60,15	60,15		
Обед	ОБЕД																
	Суп с клецками	**150**	**200**					**2,26**	**3,34**	**16,53**	**105,90**	**3,76**	**3,40**	**16,64**	**133,40**		**63**
	мука			20	25	20	25	0,87	0,20	15,40	66,90	2,34	0,26	15,49	93,70		
	мясо свинина			17	17	16	16	1,20	0,60	0,00	10,50	1,20	0,60	0,00	10,50		
	лук			8	10	7	8	0,13	0,00	0,63	2,80	0,14	0,00	0,64	3,20		
	морковь			8	10	6	8	0,05	0,00	0,49	2,10	0,07	0,00	0,50	2,40		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	масло растительное			1	1	1	1	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	0,95	0,00	8,80		
	Биточки мясные	**60**	**70**					**7,30**	**9,15**	**5,52**	**183,33**	**8,04**	**9,88**	**5,58**	**197,63**		**64**
	мясо свинина			55	60	54	59	5,72	5,39	0,00	119,90	6,42	5,88	0,00	130,80		
	лук			8	10	7	8	0,13	0,00	0,61	2,80	0,14	0,00	0,64	3,20		
	хлеб пшеничный			10	10	10	10	0,67	0,07	4,69	22,60	0,67	0,07	4,69	22,60		
	масло растительное			2	2	2	2	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	1,90	0,00	17,60		
	яйцо 1/8			6	6	6	6	0,63	0,60	0,03	8,30	0,63	0,60	0,03	8,30		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	чеснок			3	3	3	3	0,06	0,00	0,07	0,50	0,06	0,00	0,07	0,50		
	сметана			5	6	5	6	0,14	1,19	0,12	12,10	0,17	1,43	0,15	14,60		
	Тушеная капуста	**110**	**150**					**1,54**	**4,19**	**5,38**	**68,14**	**1,93**	**4,68**	**5,45**	**79,40**		**65**
	капуста			200	250	96	120	1,11	0,00	3,47	18,80	1,44	0,00	3,51	24,40		
	морковь			15	15	12	12	0,11	0,00	0,76	3,50	0,11	0,00	0,76	3,50		
	лук репчатый			16	16	10	10	0,23	0,00	1,05	5,20	0,23	0,00	1,05	5,20		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	томат-паста			2	2	2	2	0,08	0,00	0,35	1,80	0,08	0,00	0,35	1,80		

	масло растительное			2	2	2	2	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	1,90	0,00	17,60		
	сметана			4	5	4	5	0,08	0,70	0,09	8,24	0,14	1,19	0,12	12,10		
	Компот из лимона и яблок	**150**	**180**					**0,17**	**0,00**	**10,35**	**47,10**	**0,17**	**0,00**	**11,60**	**56,50**	**35\50**	**66**
	лимон			21	21	20	20	0,05	0,00	0,93	4,00	0,05	0,00	0,93	4,00		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	яблоко			31	31	30	30	0,12	0,00	2,78	11,90	0,12	0,00	2,78	11,90		
	Салат из свеклы	**40**	**50**					**0,38**	**2,84**	**3,00**	**39,70**	**0,58**	**3,79**	**3,01**	**61,80**		**67**
	свекла			60	80	37	46	0,38	0,00	3,00	13,20	0,58	0,00	3,01	26,50		
	м\раст			3	4	3	4	0,00	2,84	0,00	26,50	0,00	3,79	0,00	35,30		
	хлеб ржаной	**40**	**50**	**40**	**50**	**40**	**50**	**1,88**	**0,30**	**19,38**	**74,70**	**2,35**	**0,37**	**19,60**	**93,40**		
	%содержание										**35,29**				**34,96**	**35,00**	
	Среднее значение за обед							13,53	19,82	60,16	**518,87**	16,83	22,12	61,88	**622,13**		
Полдник	**ПОЛДНИК**																
	Кефир	**160**	**200**					**5,04**	**5,00**	**7,59**	**96,60**	**6,72**	**10,66**	**7,60**	**128,80**		
	кефир			**160**	**200**	**160**	**200**	5,04	5,00	7,59	96,60	6,72	10,66	7,60	128,80		
	Хлеб пшеничный с повидлом	**201 1**	**25\ 20**					**1,08**	**0,17**	**13,85**	**57,60**	**1,21**	**0,23**	**15,87**	**89,90**		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,14	0,23	9,98	39,70		
	повидло			11	20	11	20	0,02	0,00	5,88	19,00	0,07	0,00	5,89	50,20		
	%содержание										**11**				**12**	**15,00**	
	Среднее значение за полдник							6,12	5,17	21,44	**154,20**	7,93	10,89	23,47	**218,70**		
Ужин	**УЖИН**																
	Сырники с молочной подливой	**100**	**120**					**####**	**6,98**	**22,48**	**176,70**	**15,20**	**7,11**	**22,77**	**238,55**		**68**
	творог			73	94	73	94	8,08	2,29	11,59	32,40	11,79	2,36	11,63	68,05		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	яйцо 1\4			10	10	10	10	1,06	1,00	0,04	13,80	1,06	1,00	0,04	13,80		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	7,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	мука			24	25	24	25	1,87	0,20	3,20	66,90	2,34	0,26	3,20	83,70		
	масло растительное			2	2	2	2	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	1,90	0,00	17,60		
	Молочная подлива	**30**	**30**					**1,21**	**0,76**	**6,07**	**37,00**	**1,21**	**0,76**	**8,13**	**53,20**		**69**
	молоко			21	21	21	21	0,65	0,70	0,88	12,80	0,65	0,70	0,88	12,80		
	мука			6	6	6	6	0,56	0,06	4,20	20,10	0,56	0,06	4,20	20,10		
	сахар			1	3	1	3	0,00	0,00	0,99	4,10	0,00	0,00	3,05	20,30		
	Сок	**165**	**165**					**0,75**	**0,00**	**20,28**	**86,30**	**0,75**	**0,00**	**20,28**	**86,30**		
	Сок	**165**	**165**	165	165	165	165	**0,75**	**0,00**	**20,28**	**86,30**	**0,75**	**0,00**	**20,28**	**86,30**		
	Хлеб пшеничный			20	25	20	25	1,06	0,17	8,95	38,60	1,11	0,20	8,98	45,70		
	%содержание										**24,32**				**23,81**	**25,00**	
	Среднее значение за							14,04	7,91	57,78	**338,60**	18,27	8,07	60,16	**423,75**		
%содержание								**100**	**100**	**98**	**99**	**100**	**99**	**99**	**99**		
сред.значение	**за 9-ый день**							**41,99**	**46,97**	**197,99**	**1392,39**	**53,97**	**59,31**	**259,23**	**1779,37**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (10-ый день, среда)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотношен	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
								ЗАВТРАК									
	Молочная вермишель	**150**	**200**					**3,81**	**6,17**	**20,52**	**153,58**	**4,08**	**6,21**	**22,82**	**165,58**		**70**
	вермишель			10	20	10	20	0,20	0,13	12,68	33,70	0,47	0,17	13,00	37,60		
	молоко			100	105	100	105	3,59	3,88	4,85	70,60	3,59	3,88	4,85	70,60		
	сахар			2	5	2	5	0,00	0,00	2,97	12,20	0,00	0,00	4,95	20,30		
	масло сливочное			5	5	5	5	0,02	2,16	0,02	37,08	0,02	2,16	0,02	37,08		
	Чай с молоком	**150**	**200**					**3,30**	**3,02**	**10,66**	**85,40**	**3,64**	**3,88**	**12,75**	**111,20**		**71**
	Чай			1	2	1	2	0,04	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	молоко			110	110	110	110	3,26	3,02	4,01	54,20	3,59	3,88	4,85	70,60		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб пшеничный с маслом	**20/7**	**25/10**					1,09	5,72	8,00	90,50	1,15	8,13	8,02	119,89		
	Хлеб			20	25	20	25	1,06	0,17	7,97	38,60	1,11	0,20	7,98	45,70		
	масло сливочное			7	10	7	10	0,03	5,55	0,03	51,90	0,04	7,93	0,04	74,19		
	%содержание										**23,0**				**21,72**	20,00	
	Среднее значение за завтрак							8,20	14,91	39,18	**329,48**	8,87	18,22	43,59	**396,67**		
2 завтрак																	
	Сок яблочный	**170**	**170**	170	170	170	170	0,15	0,00	15,39	82,30	0,15	0,00	15,39	82,30		
								0,15	**0,00**	**15,39**	**82,30**	**0,15**	**0,00**	**15,39**	**82,30**		
	%содержание										**5,74**				**4,51**	**5,00**	
								0,00	0,00	15,39	**82,30**	0,15	0,00	15,39	**82,30**		
Обед								**ОБЕД**									
	Салат витаминный	**40**	**60**					**0,45**	**2,84**	**4,84**	**48,20**	**0,63**	**2,84**	**6,09**	**54,00**		**72**
	морковь			60	90	38	57	0,35	0,00	2,52	11,80	0,53	0,00	3,77	17,60		
	масло растительное			3	3	3	3	0,00	2,84	0,00	26,50	0,00	2,84	0,00	26,50		
	яблоко			30	30	29	29	0,10	0,00	2,32	9,90	0,10	0,00	2,32	9,90		
	Борщ с курицей	**150**	**200**					**3,19**	**3,73**	**7,21**	**90,60**	**3,59**	**6,40**	**8,67**	**120,10**		**73**
	курица			30	25	20	20	2,04	0,76	0,18	20,20	2,04	0,76	0,18	20,20		
	капуста			61	70	21	28	0,23	0,00	0,72	3,90	0,35	0,00	1,08	5,90		
	картофель			50	50	41	41	0,21	0,00	2,85	12,50	0,21	0,00	2,85	12,50		
	лук репка			10	10	8	8	0,14	0,00	0,64	3,20	0,14	0,00	0,64	3,20		
	свекла			65	70	45	50	0,29	0,00	2,12	9,90	0,38	0,00	2,83	13,20		
	морковь			10	15	8	12	0,07	0,00	0,50	2,40	0,11	0,00	0,76	3,50		
	томат-паста			3	3	3	3	0,06	0,00	0,07	0,50	0,06	0,00	0,07	0,50		
	масло сливочное			2	2	2	2	0,01	0,59	0,01	14,80	0,01	0,59	0,01	14,80		
	масло растительное			1	2	1	2	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	2,20	0,00	17,60		
	сметана			9	10	9	10	0,14	1,43	0,12	14,40	0,29	2,85	0,25	28,70		
	Плов с курицей	**150**	**180**					**7,80**	**4,08**	**23,34**	**173,33**	**11,58**	**4,62**	**31,23**	**251,13**		**74**
	курица			85	110	50	70	5,60	1,90	0,45	50,50	8,64	2,35	0,63	70,70		
	лук репка			10	12	8	10	0,14	0,00	0,64	3,20	0,20	0,00	0,88	4,40		
	морковь			10	15	8	12	0,07	0,00	0,50	2,40	0,11	0,00	0,76	3,50		
	рис			30	40	30	40	1,92	0,28	21,61	99,10	2,56	0,37	28,82	132,10		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	2,38	0,02	22,30	0,01	2,38	0,02	22,30		

	масло растительное			2	2	2	2	0,00	1,90	0,00	17,60	0,00	1,90	0,00	17,60		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	чеснок			3	3	3	3	0,06	0,00	0,07	0,50	0,06	0,00	0,07	0,50		
	Компот с курагой	**150**	**180**					**0,05**	**0,00**	**7,85**	**36,40**	**0,07**	**0,00**	**9,40**	**47,10**		**75**
	курага			12	15	12	15	0,05	0,00	1,21	5,20	0,07	0,00	1,51	6,50		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
								0,00	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**	**0,00**		
	Хлеб ржаной	**40**	**50**	**40**	**50**	**40**	**50**	1,87	0,29	15,68	74,72	**2,81**	**0,44**	**23,52**	**112,10**		
Полдник	**%содержание**										**30**				**31,99**	**35,00**	
	Среднее значение за обед							13,36	10,94	58,92	**423,25**	18,68	14,30	78,91	**584,43**		
	ПОЛДНИК																
	Молоко	**150**	**200**					**4,89**	**5,98**	**6,62**	**96,30**	**5,52**	**7,04**	**8,82**	**128,40**		
				160	210	150	200	4,89	5,98	6,62	96,30	5,52	7,04	8,82	128,40		
	Печенье	**7**	**20**					**1,49**	**0,68**	**29,27**	**107,80**	**4,61**	**1,95**	**56,78**	**164,10**		
	печенье			7	20	7	20	0,69	0,68	4,73	28,60	1,97	1,95	4,89	81,70		
	Яблоко	**95**	**100**			95	100	**0,40**	**0,00**	**12,27**	**39,60**	**2,22**	**0,00**	**39,62**	**41,20**		
	итого			108	114	95	100	**0,40**	**0,00**	**12,27**	**39,60**	**0,42**	**0,00**	**12,27**	**41,20**		
Ужин	**%содержание**										**14,23**				**16,01**	**15,00**	
	Среднее значение за полдник							6,38	6,66	35,89	**204,10**	10,13	8,99	65,60	**292,50**		
	УЖИН																
	Рыба по-польски	95	105					**9,07**	**9,84**	**16,70**	**155,66**	**9,11**	**10,83**	**17,05**	**176,15**		**76**
	рыба филе			60	70	30	40	4,16	3,61	0,00	32,20	4,19	3,85	0,00	33,90		
	масло растительное			2	3	2	3	0,00	2,10	0,00	17,60	0,00	2,84	0,00	26,50		
	хлеб пшеничный			1	1	1	1	0,67	0,07	8,69	22,60	0,67	0,07	8,69	22,60		
	морковь			50	60	25	30	0,01	0,05	3,80	13,20	0,02	0,06	4,20	19,80		
	яйцо 1/8			40	40	40	40	4,22	4,01	0,17	55,30	4,22	4,01	0,17	55,30		
	лук			40	50	30	40	0,01	0,00	4,04	14,76	0,01	0,00	3,99	18,05		
	Картофель тушенный	**120**	**150**					**2,05**	**5,03**	**15,90**	**119,10**	**2,63**	**6,38**	**19,60**	**131,20**		**77**
	Картофель			170	200	150	160	1,05	0,00	14,25	62,70	1,31	0,00	17,81	68,40		
	молоко			30	40	30	40	0,98	1,06	1,62	19,30	1,30	2,41	1,76	25,70		
	масло сливочное			5	5	5	5	0,02	3,97	0,03	37,10	0,02	3,97	0,03	37,10		
	Клюквенный кисель	**150**	**200**					**0,04**	**0,00**	**8,85**	**54,00**	**0,42**	**0,06**	**11,59**	**67,98**		**78**
	Клюква			15	20	10	15	0,00	0,00	0,75	15,00	0,00	0,00	0,76	16,00		
	сахар			3	8	3	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	крахмал			5	7	5	7	0,04	0,00	1,46	7,80	0,42	0,06	2,94	11,38		
	Хлеб пшеничный	30	40	30	40	30	40	**3,38**	**0,51**	**9,87**	**66,30**	**4,66**	**1,33**	**14,86**	**95,40**		
	хлеб пшеничный	30	40	30	40	30	40	**1,39**	**0,20**	**9,64**	**47,10**	**2,09**	**0,31**	**14,46**	**70,70**		
	сыр			8	10	8	10	1,99	0,31	0,23	19,20	2,57	1,02	0,40	24,70		
	Среднее значение за ужин							14,54	15,38	51,32	395,06	16,82	18,60	63,10	470,73		
%содержание								**101**	**102**	**99**	**102**	**101**	**100**	**102**	**101**		
сред.знач	**за 10-ый день**							**42,48**	**47,89**	**200,70**	**1434,19**	**54,65**	**60,11**	**266,59**	**1826,63**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (11-ый день, четверг)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотношен	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
								ЗАВТРАК									
Завтрак	**Творожный пудинг с маслом**	**125**	**150**					**10,86**	**5,03**	**15,17**	**152,60**	**13,51**	**6,44**	**21,07**	**198,35**		**79**
	творог			75	99	75	99	8,08	0,15	0,59	56,40	9,79	0,25	0,73	58,05		
	манная крупа			7	12	7	12	0,52	0,08	8,25	16,40	1,14	0,09	8,44	21,00		
	сахар			4	16	4	16	0,00	0,00	4,95	20,30	0,00	0,00	10,08	44,60		
	яйцо 1/4			12	12	8	8	1,27	1,20	0,05	16,60	1,27	1,20	0,05	16,60		
	масло растительное			1	2	1	2	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	1,90	0,00	17,60		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	молоко			30	40	30	40	0,98	1,06	1,32	19,30	1,30	1,41	1,76	25,70		
	Какао на молоке	**150**	**200**					**3,00**	**3,69**	**11,52**	**97,33**	**5,29**	**5,65**	**15,27**	**145,17**		**80**
	Какао			1	2	1	2	0,20	0,19	0,38	4,13	0,40	0,37	0,76	8,27		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Молоко			140	150	140	150	2,80	3,50	4,50	62,00	4,89	5,28	6,62	96,30		
	Хлеб пшеничный с маслом	**25\5**	**40\10**					1,08	2,33	7,99	75,68	2,13	6,66	13,51	130,00		
	хлеб			25	40	25	40	1,06	0,17	7,97	38,60	2,09	0,31	13,46	70,70		
	масло			5	10	5	10	0,02	2,16	0,02	37,08	0,04	6,35	0,05	59,30		
	среднее значение за завтрак							**14,94**	**11,05**	**34,68**	**325,61**	**20,93**	**18,75**	**49,85**	**473,52**		
	%содержан										**23,61**				**26**		
2 завтрак	**Яблоко**	**95**	**100**	108	114	95	100	**0,40**	**0,00**	**9,27**	**39,60**	**0,42**	**0,00**	**9,61**	**41,50**		
								0,00	**9,27**	**39,60**	**39,60**	**0,00**	**9,61**	**41,50**	**41,50**		
	%содержание										2,87				2,30		
								ОБЕД									
Обед	**Салат из лука с растительным маслом**	**40**	**50**					**0,52**	**1,90**	**3,59**	**34,24**	**0,75**	**3,80**	**5,19**	**56,00**		**81**
	лук			70	80	40	50	0,52	0,95	3,59	25,44	0,75	1,90	5,19	38,40		
	масло растительное			1	2	1	2	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	1,90	0,00	17,60		
	Суп фасолевый с мясом	**150**	**200**					**1,93**	**2,77**	**9,79**	**87,07**	**2,68**	**3,56**	**10,77**	**120,88**		**82**
	масло сливочное			2	2	2	2	0,01	1,09	0,01	14,80	0,01	1,09	0,01	14,80		
	масло растительное			1	1	1	1	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	0,95	0,00	8,80		
	сметана			6	8	6	8	0,17	0,71	0,14	17,21	0,25	1,50	0,22	25,82		
	фасоль			20	30	20	30	0,98	0,00	2,06	12,44	1,46	0,00	3,1	18,66		
	морковь			16	20	12	16	0,21	0,02	1,12	5,28	0,26	0,02	1,40	6,60		
	лук			8	10	6	8	0,14	0,00	0,76	3,44	0,17	0,00	0,95	4,30		
	мясо свинина			15	15	8	8	1,20	0,60	0,00	10,50	1,20	0,60	0,00	10,50		
	картофель			70	80	60	70	0,42	0,00	5,70	25,10	0,53	0,00	5,10	31,40		
	Тефтели в соусе	**60\20**	**70\20**					**7,77**	**4,83**	**7,26**	**109,49**	**9,02**	**5,92**	**20,27**	**189,16**		**83**
	мясо свинина			55	60	34	37	5,55	2,76	0,00	48,50	5,55	2,76	0,00	48,50		
	хлеб пшеничный			5	10	5	10	0,27	0,04	1,99	9,70	0,67	0,07	4,69	22,60		
	яйцо			8	8	8	8	0,61	0,58	0,04	9,11	0,61	0,58	0,04	9,11		
	лук			8	10	6	8	0,14	0,00	0,76	3,44	0,17	0,00	0,95	4,30		
	масло растительное			1	1	1	1	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	0,95	0,00	8,80		

	молоко			20	30	20	30	0,65	0,70	0,88	12,80	1,43	1,71	10,98	66,80		
	мука			5	5	5	5	0,47	0,05	3,50	16,70	0,47	0,05	3,50	16,70		
	сметана			4	5	4	5	0,08	0,70	0,09	9,24	0,12	0,75	0,11	12,35		
	Овощи тушеные с маслом	**150**	**180**					**2,57**	**1,97**	**8,39**	**85,06**	**2,89**	**1,97**	**9,43**	**87,13**		**84**
	капуста свежая			220	230	120	150	2,30	0,00	7,22	42,53	2,59	0,00	8,12	43,90		
	масло слив			5	5	5	5	0,02	1,97	0,03	37,10	0,02	1,97	0,03	37,10		
	лук			8	10	7	8	0,13	0,00	0,56	2,80	0,14	0,00	0,64	3,20		
	морковь			8	10	6	8	0,05	0,00	0,44	2,10	0,07	0,00	0,50	2,40		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	чеснок			3	3	3	3	0,06	0,00	0,07	0,50	0,06	0,00	0,07	0,50		
	Компот из сухофруктов	**150**	**180**					**0,01**	**0,00**	**8,12**	**48,50**	**0,02**	**0,00**	**9,58**	**59,10**	**35\50**	**85**
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	с\фрукты			9	14	9	14	0,01	0,00	1,48	17,30	0,02	0,00	1,69	18,50		
	Хлеб ржаной	**40**	**50**	**40**	**50**	**40**	**50**	**1,88**	**0,30**	**15,68**	**74,70**	**2,35**	**0,37**	**19,60**	**93,40**		
	Среднее значение за обед							**14,68**	**11,77**	**52,83**	**439,06**	**17,71**	**15,62**	**74,84**	**605,67**		
	%содержание										31,83				33,54		
	ПОЛДНИК																
Полдник	**Чай с молоком**	**150**	**200**					**3,46**	**2,71**	**11,43**	**99,50**	**3,66**	**2,90**	**13,06**	**113,24**		**86**
	чай			**2**	**2**	**2**	**2**	0,20	0,19	0,38	4,10	0,40	0,38	0,76	8,39		
	молоко			100	100	100	100	3,26	2,52	4,41	64,20	3,26	2,52	4,41	64,25		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб пшеничный с повидлом	**20\11**	**40\20**					**1,52**	**0,17**	**12,56**	**82,56**	**2,68**	**0,31**	**18,09**	**116,91**		
	хлеб пшеничный			20	40	20	40	1,06	0,17	7,97	38,60	2,09	0,31	13,46	70,70		
	повидло			11	20	11	20	0,02	0,00	2,26	20,60	0,07	0,00	2,30	22,20		
	Салат морковь-яблоко (фруктовый салат)	**45**	**50**	62	64	35	40	0,34	0,00	0,01	13,46	0,42	0,00	0,01	14,11		**87**
	яблоко			30	30	29	29	0,10	0,00	2,32	9,90	0,10	0,00	2,32	9,90		
	Среднее значение за полдник							**5,32**	**2,88**	**24,00**	**195,52**	**6,76**	**3,21**	**31,16**	**244,26**		
	%содержание										14,18				13,53		
	УЖИН																
Ужин	**Блины с маслом и сахаром**	**120\130**						**5,91**	**11,22**	**34,27**	**308,69**	**6,79**	**12,92**	**38,13**	**327,93**		**88**
	яйцо 1/10			8	8	8	8	0,61	0,58	0,04	9,11	0,61	0,58	0,04	9,11		
	мука			35	40	35	40	1,81	0,00	23,99	131,40	2,04	0,00	24,98	133,80		
	молоко			80	100	80	100	2,61	2,82	3,53	51,36	3,26	3,52	4,41	64,20		
	масло раст			5	5	5	5	0,00	3,74	0,00	44,10	0,00	4,74	0,00	44,10		
	дрожжи			2	2	2	2	0,86	0,11	0,76	7,22	0,86	0,11	0,76	7,22		
	масло слив			5	5	5	5	0,02	3,97	0,03	37,10	0,02	3,97	0,03	37,10		
	сахар			2	5	2	5	0,00	0,00	5,92	28,40	0,00	0,00	7,91	32,40		
	Чай с лимоном	**150**	**200**					**0,06**	**0,00**	**6,88**	**32,20**	**0,07**	**0,00**	**8,23**	**42,00**		**89**
	чай			2	2	2	2	0,05	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	Сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	лимон			5	7	4	6	0,01	0,00	0,23	1,00	0,02	0,00	0,33	1,40		
	Хлеб пшеничный	**20**	**40**					**1,06**	**0,17**	**7,97**	**38,60**	**2,09**	**0,31**	**13,46**	**70,70**		
				20	40	20	40	1,06	0,17	7,97	38,60	2,09	0,31	13,46	70,70		
	Среднее значение за ужин							**7,03**	**11,39**	**49,12**	**379,49**	**8,95**	**13,23**	**59,82**	**440,63**		
	%содержание										28				24,40		
%содержание								**100**	**99**	**99**	**99**	**101**	**101**	**99**	**100**		
сред.значение	**за 11-ый день**							**41,97**	**46,36**	**200,23**	**1379,28**	**54,35**	**60,42**	**257,17**	**1805,58**		

Меню-раскладка основного 2-недельного меню (12 день, пятница)

Прием пищи	Наименование	Выход блюд		Брутто		Нетто		Пищевые вещества- Ясли				Пищевые вещества- Сад				% соотношен	№рецептуры
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	Б	Ж	У	Энергич.ценность	Б	Ж	У	Энергич.ценность		
Завтрак	**Салат из свежей**	**40\ 120**	**50\ 140**					**8,08**	**7,34**	**11,96**	**172,81**	**8,21**	**8,61**	**11,81**	**181,81**		**90**
	капуста			50	60	35	45	0,41	0,00	1,26	5,90	0,52	0,00	1,32	6,80		
	Лук репчатый			5	6	4	5	0,07	0,00	0,32	1,61	0,09	0,00	0,33	2,01		
	Масло растительное			1	2	1	2	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	1,89	0,00	16,30		
	яйцо 1.1/3			62	62	62	62	5,55	2,22	4,84	95,80	5,55	2,22	4,84	95,80		
	молоко			50	60	50	60	1,63	1,76	2,21	32,10	1,96	2,11	2,65	35,50		
	мука			2	1	2	1	0,41	0,03	3,31	6,30	0,08	0,01	2,65	3,10		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	2,38	0,02	22,30	0,01	2,38	0,02	22,30		
	Кофейный напиток	**150**	**200**					**3,86**	**3,92**	**12,77**	**105,44**	**6,79**	**7,09**	**17,99**	**172,64**		**91**
	кофейный напиток			2	2	2	2	0,27	0,05	1,28	3,64	0,27	0,05	1,28	3,64		
	молоко			110	200	110	200	3,59	3,87	4,85	70,60	6,52	7,04	8,82	128,40		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб пшеничный с маслом и сыром	**20\ 9\8**	**40\ 10\ 13**					3,22	5,17	9,87	101,70	4,16	9,10	13,83	154,20		
	хлеб			20	40	20	40	1,39	0,20	9,64	47,10	2,09	0,31	13,46	94,20		
	масло сливочное			9	10	9	10	0,02	3,97	0,03	37,10	0,04	6,35	0,05	39,30		
	сыр			8	13	8	13	1,81	1,00	0,20	17,50	2,03	2,44	0,32	20,70		
	Среднее значение за завтрак							15,16	16,43	34,60	379,95	19,16	24,80	43,63	508,65		
	%содержани										**27**				**28**	**20.00**	
2 завтрак	**Сок мультифрукт**	**165**	**170**					**0,65**	**0,00**	**24,39**	**74,00**	**0,75**	**0,00**	**25,28**	**86,30**		
				165	170	165	170	0,65	0,00	24,39	74,00	0,75	0,00	25,28	86,30		
								0,65	0,00	24,39	74,00	0,75	0,00	25,28	86,30		
	%содержание										5,21				4,83		
Обед	**Салат из моркови с растительным маслом**	**40**	**50**					**0,35**	**2,84**	**2,81**	**38,30**	**0,44**	**2,84**	**3,15**	**41,20**		**92**
	Морковь			55	70	40	50	0,35	0,00	2,81	11,80	0,44	0,00	3,15	14,70		
	масло растительное			3	3	3	3	0,00	2,84	0,00	26,50	0,00	2,84	0,00	26,50		
	Суп крестьянский с мясом	**150**	**200**					**1,95**	**4,80**	**7,60**	**66,70**	**2,34**	**5,38**	**4,38**	**75,34**		**93**
	мясо свинина			15	15	8	8	1,20	0,60	0,00	10,50	1,20	0,60	0,00	10,50		
	Капуста			35	50	25	38	0,29	0,00	0,90	4,90	0,46	0,00	1,44	7,80		
	пшенная крупа			4	7	4	7	0,31	0,01	2,19	9,80	0,46	0,02	2,30	11,30		
	масло сливочное			3	3	3	3	0,01	2,38	0,02	22,30	0,01	2,38	0,02	22,30		
	масло растительное			2	2	2	2	0,00	0,95	0,00	8,80	0,00	0,95	0,00	8,80		
	морковь			8	10	6	8	0,05	0,00	0,38	1,80	0,07	0,00	0,50	2,40		
	лук			8	10	6	8	0,11	0,00	0,48	2,40	0,14	0,00	0,64	3,20		
	сметана			4	5	4	5	0,09	0,86	0,07	8,60	0,14	1,43	0,12	9,04		
	картофель			60	70	40	50	0,26	0,00	3,56	16,70	0,32	0,00	4,28	18,80		
	Печеночные оладьи	**60**	**70**					**7,35**	**6,84**	**27,24**	**189,72**	**8,60**	**8,12**	**30,98**	**147,97**		**94**
	печень говяжья			103	126	102	125	1,40	0,69	0,37	27,60	1,06	1,26	0,40	32,40		
	мука			8	10	8	10	0,66	0,11	5,23	22,20	0,83	0,14	5,51	31,50		
	Хлеб пшеничный			7	8	7	8	0,48	0,07	3,37	16,49	0,55	0,09	3,85	18,84		

	молоко			20	20	20	20	0,65	0,70	0,88	12,80	0,65	0,70	0,88	12,80		
	масло растительное			5	6	5	6	0,00	5,20	0,00	50,80	0,00	5,69	0,00	51,90		
	зелень			2	2	2	2	0,01	0,00	0,07	0,03	0,01	0,00	0,07	0,03		
	яйцо 1/8			8	8	8	8	0,61	0,58	0,04	9,11	0,61	0,58	0,04	9,11		
	чеснок			3	3	3	3	0,06	0,00	0,07	0,50	0,06	0,00	0,07	0,50		
	Вермишель со сметанным соусом	**110**	**120**					**2,22**	**2,56**	**19,29**	**71,50**	**2,92**	**3,30**	**22,29**	**146,84**		**95**
	вермишель			20	40	20	40	1,87	0,07	17,25	38,60	2,52	0,24	20,20	113,50		
	масло сливочное			2	2	2	2	0,01	1,59	0,01	14,80	0,01	1,59	0,01	14,80		
	соус сметанный	**20**	**20**														
	сметана			4	5	4	5	0,09	0,86	0,07	8,60	0,14	1,43	0,12	9,04		
	мука			3	3	3	3	0,25	0,04	1,96	9,50	0,25	0,04	1,96	9,50		
	Компот из изюма	**150**	**180**					**0,27**	**0,00**	**13,35**	**59,80**	**0,32**	**0,00**	**14,82**	**74,40**	**35\50**	**96**
	изюм			11	13	11	13	0,27	0,00	6,71	28,60	0,32	0,00	6,93	33,80		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Хлеб ржаной	**40**	**50**	**40**	**50**	**40**	**50**	**1,88**	**0,30**	**15,58**	**74,70**	**2,35**	**0,37**	**19,60**	**93,40**		
	Среднее значение за обед							14,28	17,34	89,43	517,42	17,29	20,01	99,50	597,95		
	%содержание										36,4				33,46	**35,00**	
Полдник	**Фруктовый кисель**	**150**	**200**					**0,15**	**0,00**	**8,89**	**40,88**	**0,15**	**0,00**	**10,16**	**50,50**		**97**
	ягода свежая			20	20	20	20	0,15	0,00	2,27	9,90	0,15	0,00	2,27	9,90		
	сахар			6	8	6	8	0,00	0,00	6,62	30,98	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Печенье	**7**	**20**	**7**	**20**	**7**	**20**	**0,69**	**0,68**	**11,73**	**58,60**	**1,15**	**1,95**	**25,53**	**80,30**		
				7	20	7	20	0,69	0,68	11,73	28,60	1,15	1,95	25,53	80,30		
	Груша	**95**	**100**	108	114	95	100	**0,40**	**0,00**	**9,27**	**19,60**	**0,42**	**0,00**	**9,64**	**41,20**		
				108	114	95	100	0,40	0,00	9,27	39,60	0,42	0,00	9,64	41,20		
	Среднее значение за полдник							0,84	0,68	20,62	119,08	1,72	1,95	45,33	172,00		
	%содержание										8,38				9,63	**15,00**	
Ужин	**Сельдь**	**50**	**65**					1,30	1,70	0,00	35,50	3,02	3,11	0,00	70,40		
				80	100	50	65	2,30	2,70	0,00	35,50	3,02	3,11	0,00	70,40		
	Яйцо вареное	**1**	**1**					4,22	2,01	0,17	42,60	4,22	2,01	0,17	42,60		**99**
	яйцо 1,0			40	40	40	40	4,22	2,01	0,17	42,60	4,22	2,01	0,17	42,60		
	Жаркое по домашнему	**140**	**160**					**1,91**	**4,67**	**16,30**	**117,84**	**2,63**	**5,38**	**17,64**	**133,50**		**100**
	картофель			180	200	160	180	1,05	0,00	14,25	62,70	1,07	0,00	14,40	64,00		
	Масло сливочное			5	5	5	5	0,02	3,97	0,03	37,10	0,02	3,97	0,03	37,10		
	молоко			10	25	10	25	0,65	0,70	0,88	12,80	1,30	1,41	1,76	25,70		
	лук			8	10	6	8	0,14	0,00	0,76	3,44	0,17	0,00	0,95	4,30		
	морковь			8	10	6	8	0,05	0,00	0,38	1,80	0,07	0,00	0,50	2,40		
	Чай с молоком	**150**	**200**					**3,13**	**3,52**	**11,06**	**95,40**	**3,13**	**3,52**	**12,31**	**104,80**		**101**
	чай			2	2	2	2	0,05	0,00	0,01	0,00	0,05	0,00	0,01	0,00		
	сахар			7	8	7	8	0,00	0,00	6,64	31,20	0,00	0,00	7,89	40,60		
	Молоко			110	110	110	110	3,08	3,52	4,41	64,20	3,08	3,52	4,41	64,20		
	Хлеб пшеничный	20	40	20	40	20	40	1,06	0,17	7,97	38,60	2,09	0,31	13,46	70,70		
	Среднее значение за ужин							11,62	12,07	35,50	329,94	15,09	14,33	43,58	422,00		
	%содержание										23,23				23,62	**25,00**	
%содержание								**101**	**99**	**101**	**101**	**100**	**102**	**99**	**99**		
сред.значение	**за 12-ый день**							**42,55**	**46,52**	**204,54**	**1420,39**	**54,01**	**61,09**	**257,32**	**1786,90**		