

«УТВЕРЖДАЮ»

Руководитель

«15» августа 2022 года.



МЕНЮ

(5-ти разовое на 15 дней)

питание детей с 1 года до 3 лет (12-часовой режим пребывания)

согласно нормы СанПиН 2.32.4.3590-20 «Санитарно-эпидемиологические требования к организации общественного питания населения» (Приложение № 7)

Основание:

- Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских наук исследовательский институт питания РАМН Ред. Тутельян В.А. сборник № 299, 2016 г.;
- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских наук исследовательский институт питания РАМН Ред. Тутельян В.А. сборник издание, 2015 г..

ПРИМЕРНОЕ 15-ТИ ДНЕВНОЕ МЕНЮ

СанПиН 2.3/2.4.3590-20- организация горячего питания детей с 1 года до 3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 1 (Понедельник)								
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	3,30	3,70	25,20	150,00	0,00	199
	Какао с молоком	150	3,20	2,70	12,90	89,00	1,20	416
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	20	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	8,90	10,30	53,10	344,00	1,20	
Завтрак 2	Сок фруктовый в ассортименте промышленного производства	180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
	ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60
Обед	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,54	2,40	3,60	37,00	4,00	34
	Щи из свежей белокочанной капусты со сметаной на курином бульоне с картофелем	150	1,00	3,10	4,80	52,00	11,10	73
	<i>Сметана 15% для (супа) щей</i>	7	0,10	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Плов из птицы отварной	160	16,00	15,00	26,00	304,00	0,41	321
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	21,00	85,00	0,27	394
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		537	20,20	21,80	69,70	557,00	15,80	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Печенье промышленного производства	10	0,60	1,40	7,20	43,80	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		160	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
Ужин	Салат из моркови с маслом растительным и сахаром	40	0,48	2,00	4,80	39,00	2,00	42
	Картофельная запеканка с печенью	120	8,00	4,00	21,00	147,00	4,00	164
	<i>Соус белый основной</i>	15	0,10	0,50	0,50	7,00	0,00	365
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		365	11,60	6,90	54,30	321,00	6,00	
ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ:		1582	46,30	45,40	208,40	1431,80	27,60	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 2 (Вторник)								
Завтрак 1	Каша из овсяных хлопьев молочная с маслом сливочным	150/5	3,70	4,40	22,50	154,00	0,00	199
	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,00	10,60	76,00	0,90	414
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	<i>Сыр твёрдых сортов</i>	11	2,80	2,90	0,00	38,50	0,30	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		351	11,20	13,20	48,10	373,50	1,20	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Салат из свежих овощей с маслом растительным	40	0,40	2,50	1,30	29,00	10,10	15
	Борщ со сметаной на бульоне со свежей капустой и картофелем	150	1,00	3,00	6,00	62,00	6,10	63
	<i>Сметана 15% для (супа) борща</i>	7	0,10	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Бефстроганов из отварной свинины постной	40/20	8,00	6,00	1,50	94,00	0,00	294
	Каша гречневая рассыпчатая	80	5,00	3,20	19,00	128,00	0,00	330
	Сок фруктовый в ассортименте промышленного производства	180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		557	18,40	16,30	65,0	498,00	19,80	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Сырники запеченные	50	9,30	6,30	6,00	116,00	0,10	245
	<i>Джем промышленного производства</i>	10	0,10	0,00	7,00	28,00	1,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		210	13,60	11,10	19,00	228,00	2,70	
Ужин	Томат свежий	40	0,60	0,08	1,80	11,00	7,00	
	Котлета из рыбы "Любительская"	60	8,00	2,60	6,00	81,00	2,00	272
	Пюре картофельное	120	2,40	3,80	16,60	109,00	14,00	339
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		400	13,20	6,80	47,40	305,00	23,00	
ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ:		1658	57,00	48,00	194,60	1476,50	70,70	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 3 (Среда)								
Завтрак 1	Омлет натуральный запечённый без масла	80	7,50	10,00	1,00	127,00	0,10	229
	Горошек зеленый отварной	20	0,14	0,02	0,80	4,00	1,00	
	Чай черный с молоком и сахаром	150	2,70	2,30	11,30	77,00	0,90	413
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		285	12,80	16,20	28,10	313,00	2,00	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом и морковью	40	0,60	2,00	3,60	34,80	12,80	21
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	3,30	1,80	9,30	67,40	6,70	90
	<i>Рыбные фрикадельки</i>	40	5,60	0,40	0,60	30,00	0,32	
	Биточки из говядины без масла запечённые	60	9,00	7,00	9,00	132,00	0,00	299
	Макароны отварные	80	2,80	2,20	14,60	85,60	0,00	218
	<i>Соус белый основной</i>	15	0,10	0,50	0,50	7,00	0,00	365
	Компот из кураги	150	0,30	0,00	21,00	85,00	0,27	394
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		575	24,70	14,30	76,70	529,80	20,10	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Булочка сдобная печеная	50	4,00	2,60	24,00	141,00	0,00	449
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	8,20	7,40	30,00	225,00	1,00	
Ужин	Огурец свежий	40	0,30	0,00	0,80	4,80	2,00	
	Жаркое по-домашнему из свинины постной	170	21,00	5,00	18,00	205,00	7,00	292
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		390	23,50	5,30	41,80	313,80	9,00	
ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ:		1590	69,80	43,80	191,60	1453,60	56,10	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 4 (Четверг)								
Завтрак 1	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	2,10	3,89	26,90	151,00	0,00	199
	Какао с молоком	150	3,20	2,70	12,90	89,00	1,20	416
	<i>Сыр твердых сортов</i>	11	2,80	2,90	0,00	38,50	0,30	
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		351	10,50	13,40	54,80	383,50	1,50	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Салат из свеклы отварной с зеленым горошком с маслом растительным	40	0,54	1,60	3,20	30,00	4,00	35
	Рассольник вегетарианский со сметаной ленинградский с крупой	150	1,20	3,00	10,00	72,00	5,00	82
	<i>Сметана 15% для (супа) рассольника</i>	7	0,10	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Тефтели из говядины мясо - крупяные	30/30	4,00	5,00	5,00	78,00	0,30	304
	Пюре картофельно-морковное	150	3,00	4,80	18,20	125,00	18,00	339
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	21,00	85,00	0,27	394
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		597	12,20	15,80	76,70	493,00	27,60	
Полдник	Сок фруктовый в ассортименте промышленного производства	180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
	Запеканка творожная	120	21,00	14,40	21,00	298,00	0,30	251
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		300	21,90	14,60	39,00	380,00	3,90	
Ужин	Салат из моркови с маслом растительным и сахаром	40	0,48	2,00	4,80	40,00	2,00	42
	Котлета из рыбы запеченная	60	7,60	2,60	5,30	74,00	0,20	271
	Рагу из овощей	170	4,50	5,20	17,00	142,00	12,00	148
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		450	14,80	10,10	50,10	360,00	14,20	
ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ:		1838	59,90	54,50	235,60	1688,50	71,20	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 5 (Пятница)								
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150/5	3,30	3,70	25,20	150,00	0,00	199
	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,00	10,60	76,00	0,90	414
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	5,02	9,60	50,80	331,00	0,90	
Завтрак 2	Сок фруктовый в ассортименте промышленного производства	180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
Обед	Салат из отварной свеклы с маслом растительным	40	0,54	2,40	3,60	37,00	4,00	34
	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	1,60	1,70	10,50	63,00	5,00	88
	Суфле из отварной курицы	55	10,00	5,40	1,80	96,00	0,02	327
	Каша гречневая рассыпчатая	80	5,00	3,20	19,0	128,00	0,00	330
	<i>Соус белый основной</i>	15	0,10	0,50	0,50	7,00	0,00	365
	Кисель плодово-ягодный в брикетах	150	0,10	0,00	20,00	82,50	3,00	б/н
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		520	19,50	13,50	68,40	477,50	12,00	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Оладьи запеченные	80	5,70	5,30	32,00	202,00	0,30	431
	<i>Джем промышленного производства</i>	10	0,10	0,00	7,00	28,00	1,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		240	10,00	10,10	45,00	314,00	2,90	
Ужин	Томат свежий	40	0,60	0,08	1,80	11,00	7,00	
	Голубцы ленивые мясные	120	11,00	7,00	15,00	165,00	15,00	315
	Чай черный с сахаром и лимоном	150	0,00	0,00	10,00	40,00	2,10	412
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	14,60	7,50	44,80	304,00	24,10	
ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ:		1630	53,12	40,90	227,10	1508,50	43,50	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 6 (Понедельник)								
Завтрак	Омлет натуральный запеченный без масла	80	7,50	10,00	1,00	127,00	0,10	229
	Горошек зеленый отварной	20	0,14	0,02	0,80	4,00	1,00	
	Чай черный с молоком и сахаром	150	2,70	2,30	11,30	77,00	0,90	413
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		285	12,80	16,20	28,10	313,00	2,00	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Салат из моркови с яблоком и курагой с маслом растительным	40	0,50	2,10	4,30	38,00	1,90	40
	Щи из свежей белокочанной капусты со сметаной на бульоне с картофелем	150	1,00	3,10	4,80	52,00	11,00	73
	<i>Сметана 15% для (супа) щей</i>	7	0,11	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Гуляш из отварной постной свинины	30/30	7,50	6,00	1,80	94,00	0,42	293
	Макароны отварные	80	3,10	2,40	14,60	85,60	0,00	218
	Компот из кураги	150	0,30	0,00	21,00	85,00	0,27	394
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		527	15,50	15,00	65,80	457,60	13,60	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Булочка сдобная печеная	50	4,00	2,60	24,00	141,00	0,00	449
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	8,20	7,40	30,00	225,00	1,00	
Ужин	Огурец свежий	40	0,30	0,00	0,80	4,80	2,00	
	Плов из птицы отварной	160	16,00	15,00	26,00	304,00	0,41	321
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	412
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		380	18,50	15,30	49,80	412,80	2,40	
ИТОГО ЗА 6 ДЕНЬ:		1532	55,60	54,50	188,70	1480,40	43,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 7 (Вторник)								
Завтрак	Каша манная молочная жидкая с маслом сливочным	150/5	2,40	3,50	21,00	128,00	0,00	199
	Какао с молоком	150	3,20	2,70	12,90	89,00	1,20	416
	Сыр твердых сортов	11	2,80	2,90	0,00	38,50	0,30	
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		351	11,06	8,56	69,22	399,00	1,43	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом и морковью	40	0,60	2,00	3,60	35,00	12,80	21
	Рассольник на бульоне со сметаной ленинградский с крупой	150	1,20	3,00	10,00	72,00	5,00	82
	<i>Сметана 15% для (супа) рассольника</i>	7	0,10	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Котлета куриная запеченная	60	9,00	9,00	9,00	157,00	0,00	322
	Каша рисовая рассыпчатая с маслом сливочным	110	2,60	3,00	27,00	146,00	0,00	332
	<i>Соус белый основной</i>	15	0,10	0,50	0,50	7,00	0,00	365
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	21,00	85,00	0,27	394
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		572	15,10	13,90	76,80	498,00	0,30	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Печенье промышленного производства	10	0,60	1,40	7,20	43,80	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		160	4,80	6,20	13,20	127,80	1,00	
Ужин	Огурец консервированный без уксуса	40	0,30	0,00	0,80	4,80	2,00	
	Тефтели из говядины мясо -крупяные	30/30	4,00	5,00	5,00	78,00	0,30	304
	Пюре картофельно-морковное	150	3,00	4,80	18,20	125,00	18,00	322
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	412
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	9,50	10,10	47,00	311,80	20,30	
ИТОГО ЗА 7 ДЕНЬ:		1302	40,80	43,80	201,00	1370,10	47,10	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 8 (Среда)								
Завтрак 1	Каша пшенная молочная с маслом	150/5	3,40	3,70	24,70	154,00	0,00	199
	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,00	10,60	76,00	0,90	414
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	8,10	9,60	50,30	335,00	0,90	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Томат свежий	40	0,60	0,10	1,80	11,00	7,00	
	Суп картофельный с фрикадельками	150	3,70	3,00	9,00	80,00	6,60	89
	<i>Фрикадельки мясные</i>	20	4,00	2,60	0,10	38,00	0,10	129
	Котлета из рыбы запеченная	60	7,60	2,60	5,30	74,00	0,20	271
	Капуста тушеная	150	3,00	4,50	13,50	120,00	26,00	143
	Кисель плодово-ягодный в брикетах	150	0,10	0,00	20,00	82,50	3,00	б/н
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		610	22,00	13,20	67,70	493,50	42,90	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Вафли промышленного производства	10	0,30	3,00	6,20	54,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		160	4,50	7,80	12,20	138,00	1,00	
Ужин	Запеканка творожная	120	21,00	14,40	21,00	298,00	0,30	251
	<i>Сгущенное молоко</i>	10	0,70	0,80	6,00	32,00	0,80	
	Чай черный с сахаром и лимоном	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	412
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		310	23,90	15,50	50,00	434,00	1,10	
ИТОГО ЗА 8 ДЕНЬ:		1560	59,10	46,70	195,20	1472,50	69,90	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 9 (Четверг)								
Завтрак 1	Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом	150/5	4,60	7,50	19,50	167,00	0,00	182
	Чай черный с молоком и сахаром	150	2,70	2,30	11,30	77,00	0,90	413
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	9,70	13,70	45,80	349,00	0,90	
Завтрак 2	Сок фруктовый в ассортименте промышленного производства	180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
Обед	Салат из свежих овощей с маслом растительным	40	0,40	2,50	1,30	29,00	10,10	15
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	3,30	1,80	9,30	67,40	6,70	90
	<i>Рыбные фрикадельки</i>	40	5,60	0,40	0,70	30,00	0,32	132
	Картофельная запеканка с печенью	120	8,00	4,00	21,00	147,00	4,00	164
	<i>Соус белый основной</i>	15	0,10	0,50	0,50	7,00	0,00	365
	Компот из свежих яблок	150	0,10	0,00	19,00	86,00	7,50	390
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		555	20,50	9,60	69,80	454,40	28,60	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Печенье промышленного производства	10	0,60	1,40	7,20	43,80	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		160	4,80	6,20	13,20	127,80	1,00	
Ужин	Салат из моркови с яблоками с маслом растительным	40	1,60	2,10	2,70	30,00	3,00	41
	Котлета из рыбы "Любительская"	60	8,00	2,60	6,00	81,00	2,00	272
	Картофель и овощи тушеные в соусе	100	2,00	3,50	10,00	99,00	5,00	350
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		380	13,80	8,50	41,70	314,00	10,00	
ИТОГО ЗА 9 ДЕНЬ:		1615	49,70	38,20	188,60	1327,20	44,10	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 10 (Пятница)								
Завтрак 1	Каша из овсяных хлопьев молочная с маслом	150/5	3,70	4,40	22,50	154,00	0,00	199
	Какао с молоком	150	3,20	2,70	12,90	89,00	1,20	416
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	<i>Сыр твердых сортов</i>	11	2,80	2,90	0,00	38,50	0,30	
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		341	11,30	13,80	45,40	362,50	1,50	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Салат из свеклы отварной с маслом растительным	40	0,54	2,40	3,60	37,00	4,00	34
	Суп овощной на бульоне	150	2,70	3,00	6,00	45,00	10,00	99
	<i>Сметана 15% для супа</i>	7	0,10	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Жаркое по-домашнему из отварной свинины	170	21,00	5,00	18,00	205,00	7,00	292
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	21,00	85,00	0,27	394
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		547	26,90	11,70	62,90	451,00	21,30	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Оладьи запеченные	80	5,70	5,30	32,00	202,00	0,30	431
	<i>Джем промышленного производства</i>	10	0,10	0,00	7,00	28,00	1,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		240	10,00	10,10	45,00	314,00	2,90	
Ужин	Голубцы ленивые мясные	120	11,00	7,00	15,00	165,00	15,00	315
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		320	14,80	7,50	48,00	317,00	15,00	
ИТОГО ЗА 10 ДЕНЬ:		1588	63,50	43,70	216,30	1516,50	64,70	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 11 (Понедельник)								
Завтрак 1	Каша пшенная молочная с маслом	150/5	3,40	3,70	24,70	154,00	0,00	199
	Яйцо вареное вкрутую	1шт.	5,10	6,70	0,30	62,80	0,00	
	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,00	11,60	76,00	0,90	414
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		390	13,22	16,30	51,60	397,80	0,90	
Завтрак 2	Сок фруктовый в ассортименте промышленного производства	180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
Обед	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным и морковью	40	0,60	2,00	3,60	34,80	12,80	21
	Борщ со сметаной на бульоне со свежей капустой и картофелем	150	1,00	3,00	6,00	62,00	6,10	63
	<i>Сметана 15% для (супа) борща</i>	7	0,10	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Бефстроганов из отварной говядины	40/20	8,00	6,00	1,50	94,00	0,00	294
	Каша гречневая рассыпчатая	80	5,00	3,20	19,00	128,00	0,00	330
	Компот из кураги	150	0,30	0,00	21,00	85,00	0,27	394
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		527	16,40	10,60	60,80	410,00	0,30	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Печенье промышленного производства	10	0,60	1,40	7,20	43,80	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		160	4,80	6,20	13,20	127,80	1,00	
Ужин	Салат из моркови с маслом растительным и сахаром	40	0,48	2,00	4,80	40,00	2,00	42
	Пудинг рисовый	100	3,00	5,50	32,00	195,00	0,08	209
	<i>Сгущенное молоко</i>	10	0,70	0,80	6,00	32,00	0,80	
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		330	6,40	8,60	65,80	371,00	2,90	
Итого за 11 день:		1587	41,70	41,90	209,40	1388,60	8,70	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 12 (Вторник)								
Завтрак 1	Каша "Дружба" молочная жидкая с маслом	150/5	5,00	7,70	19,00	168,00	0,00	182
	Чай черный с молоком и сахаром	150	2,70	2,30	11,30	77,00	0,90	413
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	10,10	13,90	45,30	350,00	0,90	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Салат из свежих огурцов с маслом растительным	40	0,20	2,80	2,40	36,00	7,00	13
	Суп картофельный с вермишелью на курином бульоне	150	1,60	1,70	10,50	63,00	5,00	88
	Тушеная отварная курица с овощами	180	9,00	7,00	16,00	162,00	7,30	319
	Компот из свежих яблок	150	0,10	0,00	15,00	73,00	6,80	390
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		560	13,90	11,90	61,90	422,00	26,10	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Булочка сдобная печеная	50	4,00	2,60	24,00	141,00	0,00	449
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	8,20	7,40	30,00	225,00	1,00	
Ужин	Салат из моркови с яблоками с маслом растительным	40	1,60	2,10	2,70	30,00	3,00	41
	Запеканка творожная	120	21,00	14,40	21,00	298,00	0,30	251
	<i>Сгущенное молоко</i>	10	0,70	0,80	6,00	32,00	0,80	
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	25,50	17,60	52,70	464,00	4,10	
Итого за 12 день:		1590	58,40	51,40	204,90	1533,00	56,10	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 13 (Среда)								
Завтрак 1	Омлет натуральный запеченный без масла	80	7,50	10,00	1,00	127,00	0,10	229
	Горошек зеленый отварной	20	0,20	0,02	0,80	4,00	1,00	
	Какао с молоком	150	3,10	2,70	12,90	89,00	1,20	416
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		285	13,22	16,60	29,70	325,00	2,30	
Завтрак 2	Сок фруктовый в ассортименте промышленного производства	180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
Обед	Огурец свежий	40	0,30	0,00	0,80	4,80	2,00	
	Щи из свежей белокочанной капусты со сметаной	150	1,00	3,10	4,80	52,00	11,10	73
	<i>Сметана 15% для (супа) щей</i>	7	0,10	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Рагу овощное с постной свининой	170	11,00	30,00	17,00	378,00	6,00	290
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,30	0,00	21,00	85,00	0,27	394
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		547	14,90	34,40	57,90	598,80	19,40	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Печенье промышленного производства	10	0,60	1,40	7,20	43,80	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		160	4,80	6,20	13,20	127,80	1,00	
Ужин	Салат из свежих овощей с маслом растительным	40	0,40	2,50	1,30	29,00	10,10	15
	Котлета из рыбы "Любительская"	60	8,00	2,60	6,00	81,00	2,00	272
	Пюре картофельное	120	2,40	3,80	16,60	109,00	14,00	339
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		410	13,80	9,30	51,90	347,00	26,10	
Итого за 13 день:		1582	47,70	66,70	170,70	1480,60	52,40	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 14 (Четверг)								
Завтрак 1	Каша манная молочная жидкая с маслом	150/5	2,40	3,50	21,00	128,00	0,00	199
	Кофейный напиток с молоком	150	2,30	2,00	10,60	76,00	0,90	414
	<i>Сыр твердых сортов</i>	11	2,80	2,90	0,00	38,50	0,30	
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	2,40	0,30	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		351	9,92	12,30	46,60	347,50	1,20	
Завтрак 2	Фрукты	140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		140	0,60	0,60	15,00	72,00	24,00	
Обед	Салат из свеклы отварной с маслом растительным и чесноком	40	0,54	2,40	3,60	37,00	4,00	34
	Борщ со сметаной на курином бульоне со свежей капустой и картофелем	150	1,00	3,00	6,00	62,00	6,10	63
	Котлета куриная запеченная	60	9,00	9,00	9,00	157,00	0,00	322
	Каша гречневая рассыпчатая	80	5,00	3,20	19,00	128,00	0,00	330
	<i>Соус белый основной</i>	15	0,10	0,50	0,50	7,00	0,00	365
	Кисель плодово-ягодный в брикетах	150	0,10	0,00	20,00	82,50	3,00	б/н
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		525	17,90	18,40	71,10	537,50	13,10	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Сырники запеченные	50	9,30	6,30	6,00	116,00	0,10	245
	<i>Джем промышленного производства</i>	10	0,10	0,00	7,00	28,00	1,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		210	13,60	11,10	19,00	228,00	2,70	
Ужин	Салат из моркови с р/м и сахаром	40	0,48	2,00	4,80	40,00	2,00	42
	Голубцы ленивые мясные	120	11,00	7,00	15,00	165,00	15,00	315
	Чай черный с сахаром и лимоном	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	412
	Хлеб пшеничный	20	1,60	0,20	10,00	48,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		350	14,50	9,40	47,80	333,00	17,00	
Итого за 14 день:		1436	56,50	51,80	199,60	1518,00	58,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда (грамм)	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С (мг)	№ рецептуры (Технологической карты)
			Б	Ж	У			
День 15 (Пятница)								
Завтрак 1	Каша пшеничная молочная с маслом	150/5	3,40	3,70	24,70	154,00	0,00	199
	Чай черный с сахаром и молоком	150	2,70	2,30	11,30	77,00	0,90	413
	<i>Масло сливочное промышленного производства</i>	5	0,02	3,60	0,036	33,00	0,00	
	Хлеб пшеничный	30	3,20	0,90	15,00	72,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		340	9,30	10,50	51,00	336,00	0,90	
Завтрак 2	Сок фруктовый в ассортименте промышленного производства	180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		180	0,90	0,20	18,00	82,00	3,60	
Обед	Салат из белокочанной капусты с маслом растительным и морковью	40	0,60	2,00	3,60	34,80	12,80	21
	Суп гороховый вегетарианский	150	3,00	3,20	9,00	90,00	3,30	87
	<i>Гренки для супа</i>	10	1,50	0,20	9,00	47,00	0,00	
	<i>Сметана 15% для супа</i>	7	0,10	1,00	1,30	15,00	0,00	
	Биточки из мяса	60	9,00	7,00	9,00	132,00	0,00	299
	Макароны отварные	80	2,80	2,20	14,60	85,60	0,00	218
	<i>Соус белый основной</i>	15	0,10	0,50	0,50	7,00	0,00	365
	Компот из свежих яблок	150	0,10	0,00	19,00	86,00	6,80	390
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		542	19,40	16,30	79,00	561,40	22,90	
Полдник	Кисломолочный напиток	150	4,20	4,80	6,00	84,00	1,00	
	Печенье промышленного производства	10	0,60	1,40	7,20	43,80	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		160	4,80	6,20	13,20	127,80	1,00	
Ужин	Томат свежий	40	0,60	0,08	1,80	11,00	7,00	
	Тефтели из рыбы	45/15	5,80	2,20	4,00	58,00	0,40	277
	Капуста тушеная	150	3,00	4,50	13,50	120,00	26,00	143
	Чай черный с сахаром	150	0,00	0,00	10,00	40,00	0,00	411
	Хлеб пшеничный	10	0,80	0,10	5,00	24,00	0,00	
	Хлеб ржаной	20	1,40	0,20	8,00	40,00	0,00	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	11,60	7,10	42,30	293,00	33,40	
Итого за 15 день:		1652	46,00	40,30	203,60	1400,20	61,80	

Для составления технологических карт блюд, использовались рецептуры сборников рецептур:

- Сборник рецептур на продукцию для обучающихся во всех образовательных учреждениях разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских наук исследовательский институт питания РАМН Ред. Тутельян В.А. сборник издание, 2015 г.;
- Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, разработано: Учреждением Российской Академии Медицинских наук исследовательский институт питания РАМН Ред. Тутельян В.А. сборник № 299, 2016 г..

**АНАЛИЗ ВЫПОЛНЕНИЯ НОРМ ХИМИЧЕСКОГО СОСТАВА ПО БЕЛКАМ, ЖИРАМ, УГЛЕВОДАМ
В ПРИМЕРНОМ МЕНЮ ЗА 15 ДНЕЙ**
Питание детей 1 – 3 лет (12-часовой режим пребывания)

Основные показатели Дни по меню	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С (мг)
	Б	Ж	У		
1 день	46,30	45,40	208,40	1431,80	27,60
2 день	57,00	48,00	194,60	1476,50	70,70
3 день	69,80	43,80	191,60	1453,60	56,10
4 день	59,90	54,50	235,60	1688,50	71,20
5 день	53,12	40,90	227,10	1508,50	43,50
6 день	55,60	54,50	188,70	1480,40	43,00
7 день	40,80	43,80	201,00	1370,10	47,10
8 день	59,10	46,70	195,20	1472,50	69,90
9 день	49,70	38,20	188,60	1327,20	44,10
10 день	63,50	43,70	216,30	1516,50	64,70
11 день	41,70	41,90	209,40	1388,60	8,70
12 день	58,40	51,40	204,90	1533,00	56,10
13 день	47,70	66,70	170,70	1480,60	52,40
14 день	56,50	51,80	199,60	1518,00	58,00
15 день	46,00	40,30	203,60	1400,20	61,80
Итого за 15 дней:	805,12	711,60	3035,30	22046,00	774,90
Среднее значение за 1 день:	53,67	47,44	202,53	1469,73	51,66
Норма по СанПиН 2.3/2.4.3590-20 для детей от 1-го года до 3-х лет	42,00-54,00	40,00-47,00	174,00-203,00	1200,00 -1400,00	

Ведомость контроля за рационом питания (дети 1-3 лет) с 12 часовым пребыванием, согласно 15-ти дневного примерного меню с закладкой продуктов для блюд на основании технологических карт (Приложение № 7 СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Наименование пищевого продукта или группы пищевых продуктов	Фактически выдано продуктов в нетто по дням в качестве приёмов пищи (всего), г на одного человека															Всего выдано на одного человека за 15 дней (нетто) в граммах	В среднем на одного человека в день (нетто) в граммах	Норма продукта в граммах (нетто) на одного чел. в день
	1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день	11 день	12 день	13 день	14 день	15 день			
<i>Мука пшеничная</i>	2	10	45	10	48	41	7	10	4	44	2	42	5	10	5	285	19	25
<i>Крупы</i>	50	50	0	30	52	35	52	20	15	17	87	20	0	65	15	508	33,867	30
<i>Макаронны</i>	0	0	29	0	12	29	0	0	0	0	0	12	0	29	0	111	7,4	8
<i>Овощи до 1/1</i>	136	133	132	184	170	155	123	220	140	195	230	150	170	230	280	2648	176,53	205
<i>Картофель до 31/10</i>	120	130	176	210	60	45	140	60	220	176	30	120	200	22	98	1807	120,47	120
<i>Фрукты</i>	0	140	140	140	0	140	160	140	30	190	0	170	0	140	40	1430	95,333	100
<i>Сухофрукты</i>	15	0	15	15	0	15	15	0	0	15	15	15	15	0	0	135	9	9
<i>Сок фруктовый</i>	180	205	0	180	180	0	0	0	180	0	180	0	180	0	180	1465	97,667	100
<i>Молоко</i>	200	255	110	240	250	110	220	220	234	220	285	240	110	185	200	3079	205,27	390
<i>Молоко сгущенное</i>	0	10	0	0	0	10	0	10	0	0	0	10	0	10	0	50	3,3333	
<i>Кисломолочные продукты</i>	150	150	150	0	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	150	2100	140	
<i>Сметана</i>	7	12	7	7	4	7	0	0	7	4	11	7	7	7	12	99	6,6	9
<i>Творог</i>	0	50	0	110	0	0	0	110	0	0	0	110	0	50	0	430	28,667	30
<i>Сыр</i>	0	11	0	11	0	0	11	0	0	11	0	0	0	11	0	55	3,6667	4
<i>Масло сливочное</i>	21	23	20	24	22	23	19	18	14	18	17	18	16	16	9	278	18,533	18
<i>Масло растительное</i>	4	7	2	8	11	2	2	7	8	7	4	6	4	7	9	88	5,8667	9
<i>Сахар*</i>	31	18	32	40	41	30	30	34	34	41	34	43	31	39	36	514	34,267	37
<i>Кондитерские изделия</i>	10	10	0	0	10	0	10	10	10	10	10	0	10	10	10	110	7,3333	7
<i>Мясо 1 кат. бескостное</i>	31	49	44	20	45	48	20	45	51	142	49	44	70	0	43	701	46,733	50
<i>Птица 1 кат. потрошенная</i>	82	0	0	0	38	0	44	0	0	0	70	41	0	44	0	319	21,267	20
<i>Рыба (филе)</i>	0	60	42	60	0	0	0	60	88	0	0	0	60	0	57	427	28,467	32
<i>Колбасные изделия</i>	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
<i>Яйца</i>	9	7	43	48	15	43	5	47	4	5	40	0	40	40	5	351	23,4	20
<i>Чай</i>	0,4	0,4	0,4	0,8	0,4	0,4	0,4	0,8	0,4	0,4	0,4	0,8	0,4	0,4	0,4	7,2	0,48	0,5
<i>Какао</i>	2	0	0	2	0	0	2	0	0	2	0	0	2	0	0	10	0,6667	0,5
<i>Кофейный напиток</i>	0	3	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0	0	3	0	15	1	1
<i>Хлеб пшеничный</i>	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	60	900	60	60
<i>Хлеб ржаной</i>	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	40	600	40	40
<i>Дрожжи</i>	0	0	1	0	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	5	0,3333	0,5г
<i>Соль</i>	4	5	3,8	5,2	3,7	4,4	4	4,5	5	7	4	5	3,8	5,2	3,7	68,3	4,5533	4
<i>Мука картофельная</i>	0	6	0	0	6	0	0	6	0	0	6	0	0	6	0	30	2	2

<*> В том числе для приготовления блюд и напитков; в случае использования продуктов промышленного выпуска, содержащих сахар, выдача сахара должна быть уменьшена в зависимости от его содержания в используемом готовой пищевой продукции.