

ВЕСНА День 1 (понеделник)

Меню для детей с 1 до 3 лет

меню для детей с 1 до 3 лет									
БЛЮДО	Выход, г.	Эн. ценность (ккал)	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	№ рецептуры		
Завтрак 1									
Макароны отварные с маслом, с сахаром	145	100,03	4,29	3,74	30,11	0	205		
Чай с сахаром	180	36,48	0,09	-	9,03	0,02	392		
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	0	0		
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	0	6		
Сыр твердый «Российский»	7	38,45	2,41	3,06	0	0,15	7		
Итого завтрак 1	367	278,56	9,14	11,32	54,14	0,17			
Завтрак 2									
Напиток шиповника	125	67,05	0,32	0,1	9,83	62,5	398		
Итого завтрак 2	125	67,05	0,32	0,1	9,83	62,5			
На весь день: Соль йодированная									
	3								
Обед									
Суп рисовый со сметаной и мясом	150	120,5	1,5	1,68	10,2	4,95	80		
Капуста тушеная с мясом	200	207,91	7,8	8,67	13,25	22,12	200		
Компот из сухофруктов	150	84,75	0,33	0,01	20,82	0,3	376		
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	0			
Итого обед	540	485,2	12,27	10,8	57,95	27,37			
Полдник									
Терфели рыбные тушеные	70	90	4,93	4,59	2,31	2,59	277		
Картофельное пюре	130	119,4	2,65	4,16	17,71	15,74	321		
Кофейный напиток	180	59,32	1,4	1,4	10,32	0,97	395		
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-			
Итого полдник	410	339,32	11,29	11,05	45,28	19,3			
Ужин									
Кефир	150	75	4,35	3,75	6	1,05	401		
Сухарик с сахаром	30	70,84	2,72	5,87	10,46	-			
Апельсин	90	48,52	1,08	0,24	7,1	38,52	371		
Итого ужин	270	194,36	8,15	9,62	23,56	1,05			
Итого за первый день									
		1364,49	41,17	42,89	190,76	110,39			

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

Одобрено

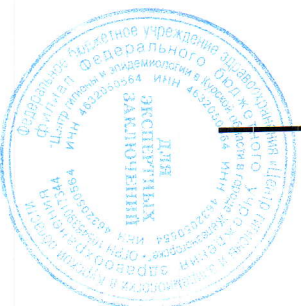
Одобрено

Одобрено

Одобрено

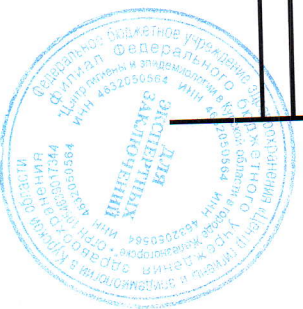
Одобрено

Од



День 2 (вторник)

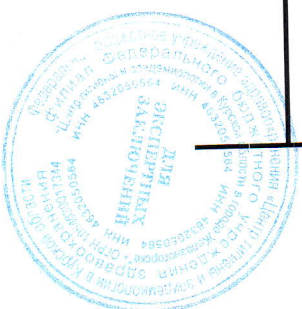
БЛЮДО		Меню для детей с 1 до 3 лет						№ рецептуры
		Выход, г.	Эн. ценность (ккал)	Белки, г.	Жиры, г.	Углеводы, г.	Витамин С, мг.	
Завтрак 1								
Капша гречневая молочная	200	146,17	7,94	8,21	29,98	-	185	
Чай с сахаром	150	36,48	0,09	-	9,03	0,02	392	
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	6	
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	-	583	
Итого завтрак 1	385	286,25	10,38	12,73	54,01	0,02		
Завтрак 2								
Сок	125	90	0,85	-	17,17	3,4	399	
Итого завтрак 2	125	90	0,85	0	17,17	3,4		
На весь день: Соль йодированная								
	3							
Обед								
Салат из свеклы	50	26,22	0,43	1,83	2	2,55	33	
Борщ со сметаной	150	68,06	2,34	3,99	22,83	6,3	66	
Шницель мясной	70	138,17	7,32	8,16	1	0,1	282	
Картофель тушеный	120	100,48	2,6	7,3	18,1	9,91	132	
Напиток шиповника	150	67,05	0,06	-	16,69	0,06	383	
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	-		
Итого обед	580	472,02	15,39	21,72	74,3	18,92		
Полдник								
Запеканка из творога с морковью	120	141,54	6,67	4,92	10,77	0,22	238	
Сметанный соус	40	61,5	0,25	0,72	0,44	0,1	241	
Какао с молоком	150	59,32	1,4	1,4	10,32	1,2	397	
Апельсин	90	56,14	1,26	0,28	7,1	44,94	371	
Итого полдник	400	318,5	9,58	7,32	28,19	1,52		
Ужин								
Кефир	150	75	4,35	3,75	6	1,05	401	
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	2	
Повидло	15	32,8	-	-	13,2	0,05		
Печенье (вафли, конфеты)	20	60,34	2,45	1,37	10,02	-		
Итого ужин	215	238,74	9,11	6,02	44,16	1,1		
Итого за второй день		1405,51	45,31	47,79	217,83	24,96		



День 3 (среда)

День 3 (среда)								№ рецептуры
Меню для детей с 1 до 3 лет								
Выход, гр.	Эн. ценность ккал	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Витамин С, мг.			
Завтрак 1								
Каша геркулесовая молочная	200	106,44	6,66	7,21	22,64	0,9	185	
Чай с лимоном, сахаром	150	34,17	0,1	0,01	8,5	2,35	393	
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	6	
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	-	7	
Сыр твердый «Российский»	7	38,45	2,41	3,06	46,14	0,15		
Итого завтрак 1	392	282,66	11,52	14,8	92,28	3,4		
Завтрак 2								
Сок	125	90	0,85	-	17,17	3,4	399	
Итого завтрак 2	125	90	0,85	0	17,17	3,4		
На весь день: Соль йодированная								
	3							
Обед								
Суп картофельный с гречкой, сметаной	150	61,95	1,5	1,68	10,2	4,95	80	
Котлета из мяса курицы	60	143,99	9,43	5,64	4,97	0,49	305	
Сложный гарнир (пюре картофельное, капуста)	140	142,85	4,11	2,39	25,8	4,37	137	
Компот из свежих яблок	150	73,2	0,12	0,12	17,91	1,29	372	
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	-		
Итого обед	540	494,03	17,8	10,27	72,56	11,1		
Полдник								
Винегрет	100	78,6	1,35	6,16	7,68	13,25	45	
Омлет	80	94,12	4,23	7,4	1,11	0,13	213	
Кофейный напиток	200	59,32	1,4	1,4	10,32	1,3	395	
Батон йодированный	30	78,6	2,31	0,9	14,94	-		
Итого полдник	410	310,64	9,29	15,86	34,05	14,68		
Ужин								
Кефир	150	75	4,35	3,75	6	1,05	401	
Венская булочка	70	95,2	5,2	5,29	23,44	0,01	186	
Яблоко	70	30	0,4	0,4	7,8	10	368	
Итого ужин	290	200,2	9,95	9,44	37,24	11,06		
Итого за третий день								
		1377,53	49,41	50,37	253,3	43,64		

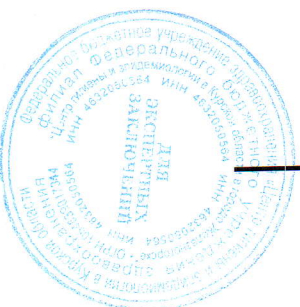
Утверждено
Заведующий отделом
санитарно-эпидемиологического надзора
Мин. здравоохранения



День 4 (четверг)

Меню для детей с 1 до 3 лет

БЛЮДО	№ рецептуры					
	Выход, гр.	Эн. ценность ккал	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Витамин С, мг.
Завтрак 1						
Каша манная молочная	200	144,92	6,53	7,03	34,78	-
Чай с лимоном, сахаром	150	34,17	0,1	0,01	8,5	2,35
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	-
Итого завтрак 1	385	282,69	8,98	11,56	58,28	2,35
Завтрак 2						
Сок	125	90	0,85	-	17,17	3,4
Итого завтрак 2	125	90	0,85	0	17,17	3,4
На весь день: Соль йодированная						
	3					
Обед						
Салат из свежих овощей с зеленым горошком	50	47,47	0,68	2,44	4,64	3,16
Суп картофельный с мякотью, сметаной и маслом	150	97,25	3,76	2,01	10,61	4,95
Полуфабрикаты в сметанном соусе	130	208	7,14	9,08	10,04	20,03
Напиток шиповника	150	67,05	0,06	-	16,69	0,06
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	-
Итого обед	520	491,81	14,28	13,97	55,66	28,2
Полдник						
Вареники ленивые с маслом, с сахаром	130	152,65	6,41	9,04	18	0,45
Какао с молоком	180	59,32	1,4	1,4	10,32	1,6
Яблоко	90	66	0,6	0,6	8,7	15
Итого полдник	400	277,97	8,41	11,04	37,02	17,05
Ужин						
Кефир	150	75	4,35	3,75	6	1,05
Тренки с маслом, сахаром	45	46,5	3,38	3,62	20,46	-
Печенье (вафли, конфеты)	40	78,5	2,45	1,37	10,02	-
Итого ужин	235	200	10,18	8,74	36,48	1,05
Итого за четвёртый день						
		1342,47	42,7	45,31	204,61	52,05



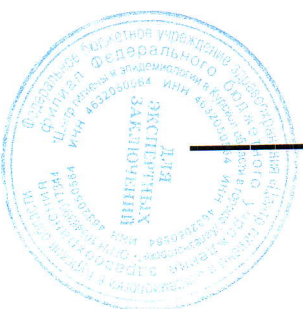
МЕНЮ ДЛЯ ДЕТЕЙ С 1 ДО 3 ЛЕТ

День 6 (понедельник)

БЛЮДО	меню для детей с 1 до 3 лет							№ рецептуры
	Выход,	Эн. ценность	Белки,	Жиры,	Углеводы,	Витамин С,		
	гр.	ккал	гр.	гр.	гр.	мг.		
Завтрак 1								
Каша гречневая рассыпчатая с маслом	145	201	5,72	5,12	33,01	-	165	
Чай с сахаром	180	36,48	0,09	-	9,03	0,02	392	
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	6	
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	-	7	
Сыр твёрдый «Российский»	7	38,45	2,41	3,06	46,14	0,15		
Итого завтрак 1	367	379,53	10,57	12,7	103,18	0,17		
Завтрак 2								
Сок	125	90	0,85	-	17,17	3,4	399	
Итого завтрак 2	125	90	0,85	0	17,17	3,4		
На весь день: Соль йодированная								
3								
Обед								
Свекольник с яйцом, со сметаной, с мясом	150	68,24	1,44	2,78	7,31	8,47	68	
Плов рисовый с мясом	160	250,8	7,96	6,04	10,36	0,6	90	
Напиток шиповника	150	67,05	0,06	-	16,69	0,06	383	
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	-		
Итого обед	500	458,13	12,1	9,26	48,04	9,13		
Полдник								
Творожный пудинг	120	229,4	7,04	12,46	10,58	0,28	237	
Сыр сладкий	30	17,36	0,016		4,45	0,016		
Какао с молоком	150	59,32	1,4	1,4	10,32	1,2	397	
Банан	100	14,25	2,25	0,75	19,2	15	368	
Итого полдник	400	320,33	10,706	14,61	44,55	16,496		
Ужин								
Кефир	150	75	4,35	3,75	6	1,05	401	
Шарлотка с яблоком	60	102,12	2,08	6,94	3	3,5		
Итого ужин	210	177,12	6,43	10,69	9	4,55		
Итого за шестой день								
		1425,11	40,656	47,26	221,94	33,746		

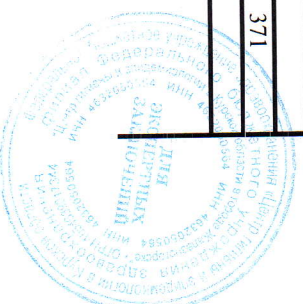
ОБЩЕСТВО С ОГРАНИЧЕННОЙ ОТВЕТСТВЕННОСТЬЮ «САНКТ-ПЕТЕРБУРГСКИЙ ЦЕНТР ЗАЩИТЫ ПРАВА ПОТРЕБИТЕЛЯ»

ИН 4040000000



День 7 (вторник)

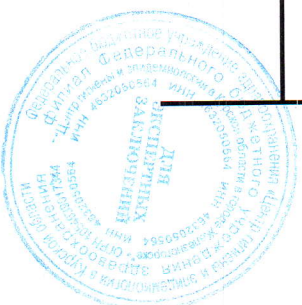
День 7 (вторник)										№ рецептуры
Меню для детей с 1 до 3 лет										
Выход, гр.	Эн. ценность ккал	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Витамин С, мг.					
Завтрак 1										
Каша рисовая молочная	200	135	7,04	8,88	32,4	-	185			
Чай с сахаром	150	34,17	0,1	0,01	8,5	2,35	392			
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	6			
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	-				
Итого завтрак 1	385	272,77	9,49	13,41	55,9	2,35				
Завтрак 2										
Сок	125	90	0,85	0	17,17	3,4	399			
Итого завтрак 2	125	90	0,85	0	17,17	3,4				
На весь день: Соль йодированная										
Обед										
Суп овощной с зеленым горошком, со сметаной	150	73,21	1,65	1,26	9,87	-	68			
Печень по-строгановски	80	210,9	4,97	11,05	3,82	2,45	261			
Картофельное пюре	120	109,8	2,44	3,84	16,35	14,53	321			
Компот из сухофруктов	150	84,75	0,33	0,01	20,82	0,3	376			
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	-				
Итого обед	540	550,7	12,03	16,6	64,54	17,28				
Полдник										
Рыбная котлета	65	147,5	6,35	3,29	6,98	0,3	248			
Соус молочный	30	25,14	0,62	1,57	2,13	0,1	326			
Салат из вареных овощей	100	94,5	1,97	5,25	8,81	16,2	25			
Кофейный напиток	200	59,32	1,4	1,4	10,32	1,3	395			
Батон йодированный	25	58,83	1,92	0,75	12,45	-				
Итого полдник	420	385,29	12,26	12,26	40,69	17,9				
Ужин										
Кефир	150	75	4,35	3,75	6	1,05	401			
Печенье (вафли, конфеты)	30	79,5	2,45	1,37	10,02	-				
Апельсин	70	56,14	0,9	0,28	7,1	44,94	371			
Итого ужин	250	210,64	7,7	5,4	23,12	45,99				
Итого за сельской день		1509,4	42,33	47,67	201,42	86,92				



День 8 (среда)

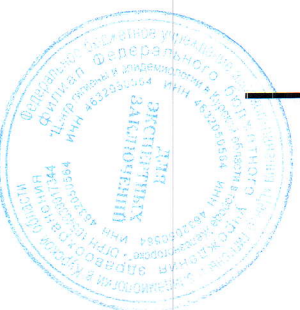
Меню для детей с 1 до 3 лет

БЛЮДО	Меню для детей с 1 до 3 лет						№ рецептуры
	Выход, гр.	Эн. ценность ккал	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Витамин С, мг.	
Завтрак 1							
Каша геркулесовая молочная	200	216,44	6,66	7,21	22,64	0,9	185
Чай с лимоном, сахаром	150	34,17	0,1	0,01	8,5	2,35	393
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	-	6
Итого завтрак 1	385	354,21	9,11	11,74	46,14	3,25	
Завтрак 2							
Напиток шиповника	125	67,05	0,32	0,1	9,83	62,5	398
Итого завтрак 2	125	67,05	0,32	0,1	9,83	62,5	
На весь день: Соль йодированная	3						
Обед							
Суп гороховый с мясом, со сметаной	150	79,95	3,07	3,21	9,67	3,49	81
Биточки из мяса кур	60	136	8,82	7,87	5,85	0,28	308
Овощное рагу	140	133,33	1,68	1,67	19,2	6,94	137
Компот из свежих яблок	150	73,2	0,12	0,12	17,91	1,29	372
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	-	
Итого обед	540	494,52	16,33	13,31	66,31	12	
Полдник							
Омлет с сыром	130	100,45	8,75	11,78	1,81	0,22	216
Икра свекольно-морковная	50	46,46	1,15	1,98	9,41	14,75	54
Каша с молоком	180	59,32	1,4	1,4	10,32	1,6	397
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	
Яблоко	80	44	0,4	0,4	6,4	10	368
Итого полдник	470	320,83	14,01	16,46	42,88	26,57	
Ужин							
Кефир	150	85	4,93	4,25	6,8	1,19	401
Булочка с изюмом	80	105,8	4,72	4,4	25,3	-	501
Итого ужин	230	190,8	9,65	8,65	32,1	1,19	
Итого за восьмой день		1427,41	49,42	50,26	197,26	105,51	



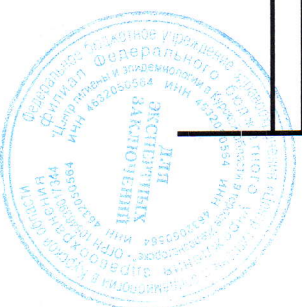
День 9 (четверг)

БЛЮДО	Меню для детей с 1 до 3 лет						№ рецептуры
	Выход, гр.	Эн. ценность ккал	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Витамин С, мг.	
Завтрак 1							
Лепешка молочная	200	156,08	5,58	6,12	19,73	0,9	93
Чай с сахаром	150	28	0,04	0,01	6,99	0,02	392
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	-	6
Итого завтрак 1	385	287,68	7,97	10,65	41,72	0,92	
Завтрак 2							
Сок	125	90	0,85	-	17,17	3,4	399
Итого завтрак 2	125	90	0,85	0	17,17	3,4	
На весь день: Соль йодированная	3						
Обед							
Суп рассольник со сметаной, с мясом	150	55,2	1,68	2,96	7,68	4,12	74
Котлета мясная с добавлением субпродуктов	65	173,98	5,44	5,78	2,47	3,13	289
Капуста тушёная	120	90,12	2,45	3,84	11,31	20,59	137
Напиток шиповника	150	67,05	0,06	-	16,69	0,06	383
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	-	
Итого обед	525	458,39	12,27	13,02	51,83	27,9	
Полдник							
Сырники творожные с маслом, сахаром	130	229	7,04	12,67	10,58	0,25	231
Какао с молоком	180	59,32	1,4	1,4	10,32	1,2	397
Банан	90	14,25	2,25	0,75	19,2	1,5	368
Итого полдник	400	302,57	10,69	14,82	40,1	16,45	
Ужин							
Кефир	150	75	4,35	3,75	6	1,05	401
Домашняя гречка	45	87,85	3,49	3,31	16,93	-	
Печенье (вафли, конфеты)	30	78	2,45	1,37	10,02	-	
Итого ужин	225	240,85	10,29	8,43	32,95	1,05	
Итого за девятый день		1379,49	42,07	46,92	183,77	49,72	



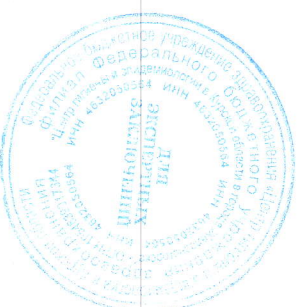
День 10 (пятница)

БЛЮДО	Меню для детей с 1 до 3 лет						№ рецептуры
	Выход, гр.	Эн. ценность ккал	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы, гр.	Витамин С, мг.	
	Завтрак 1						
Каша манная	200	104,72	3,53	7,03	28,78	-	185
Чай с сахаром	150	34,17	0,1	0,01	8,5	2,35	393
Батон йодированный	30	70,6	2,31	0,9	14,94	-	
Масло сливочное крестьянское	5	33	0,04	3,62	0,06	-	6
Сыр твёрдый «Российский»	7	38,45	2,41	3,06	46,14	0,15	7
Итого завтрак 1	392	280,94	8,39	14,62	98,42	2,5	
Завтрак 2							
Сок	125	90	0,85	-	17,17	3,4	399
Итого завтрак 2	125	90	0,85	0	17,17	3,4	
На весь день: Соль йодированная	3						
Обед							
Салат из свежкы	40	34,96	0,57	2,44	2,67	3,4	33
Суп с клецками с мясом	150	71,35	1,32	3,04	7,15	0,3	86
Жаркое по-домашнему	150	221,1	1,4	10,6	8,68	6,52	259
Компот из сухофруктов	150	84,75	0,33	0,01	20,82	0,3	376
Хлеб ржаной йодированный	40	72,04	2,64	0,44	13,68	-	
Итого обед	530	484,2	6,26	16,53	53	10,52	
Полдник							
Биточки Рыбные в сметанном соусе	70	69,82	7,28	4,44	8,83	0,22	261
Рис отварной с маслом	110	74	2,43	3,58	10,46	-	315
Кофейный напиток	150	59,32	1,4	1,4	10,32	1,3	395
Батон йодированный	25	58,83	1,92	0,75	12,45	-	
Апельсин	90	54,01	1,26	0,28	7,1	44,94	71
Итого полдник	445	315,98	14,29	10,45	49,16	46,46	
Ужин							
Кефир	150	75	4,35	3,75	6	1,05	401
Гребешок с повидлом	80	157,11	4,54	4,07	25,3	0,22	417
Итого ужин	230	232,11	8,89	7,82	31,3	1,27	
Итого за десятый день		1403,23	38,68	49,42	249,05	64,15	



Анализ 10 дневного примерного меню		меню для детей от 1 до 3 лет					
Итого за весь период 10 дней	Эн. Ценность	Белки, гр.	Жиры, гр.	Углеводы гр.	Витамин С		
	14058,68	439,28	475,78	2175,54	621,54		
Среднее значение за период	1405,87	43,93	47,58	217,55	62,15		
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	-	1	1	4	-		
Среднее значение:	за завтрак 1	20%	2811,74	96,96	129,45	706,80	17,63
	за завтрак 2	5%	702,93	7,44	0,20	157,02	152,20
	за обед	35%	4920,54	134,07	139,32	608,34	177,00
	за полдник	25%	3514,67	111,16	121,60	405,12	192,09
	за ужин	15%	2108,80	89,65	85,21	298,26	82,62

В случае не поставки продуктов питания может быть отклонение в наименовании блюд от 2% - до 5% (возможна замена наименования блюда). В питании детей используется соль йодированная, хлеб ржаной и батон обогащенные йодказеином и витаминно-минеральной смесью, молоко пастеризованное, обогащенное йодказеином и кефир, обогащенный йодказеином.



Накопительная ведомость за 10 дней в нетто (дети с 1 до 3 лет)

[illegible]