Прием пищи		No	Выход блюда 3-7 л.	Пищевые вещества			Энергети ческая
	Наименование блюда	техноло гическо й карты		3-7 лет		,	
				Б	Ж	У	3-7 лет
		День 1					
Завтрак 8.10-8.50	Каша пшенная	99	180	6,9	5	35,1	245,5
равтрак 8.10-8.50	Какао с молоком	54-21гн	200	4,6	3,6	12,6	100,4
Второй завтрак 10.30	Банан		100	1,5	0,5	21	96
	Борщ из свежей	34	200/5	1,7	3,3	10,7	84,8
	капусты со сметаной	11K Nº/			, i	r	
	Рагу овощное с мясом Компот из с/фр	ма120 54-1хн	200 200	14,6 0,5	17,2	14,8 19,8	273,6 81
	Каша гречневая	96	180	3	4,7	15,5	114,7
Полдник 15.30	Молоко кипяченое	215	200	5,9	6,8	9,9	123
Итого за день			200	38,7	41,1	139,4	1119
		День 2		/	,	,	
	Суп молочный		100	2.2	4 1	164	126.0
Danmar 0 10 0 50	рисовый	61	180	3,3	4,1	16,4	136,8
Завтрак 8.10-8.50	Чай с лимоном	54-3гн	200	0,3	0	6,7	27,9
	Сыр (порц.)	32	15	3,5	4,6	0	57
Второй завтрак 10.30			100	0,26	0,17	11,44	52
	Салат из свеклы с	_	60			•	
	чесноком	5	60	0,8	4,4	5,1	63,6
	Суп с крупой со	58	200/5	1,3	4,1	13,6	93,6
Обед 12.00-13.00	сметаной	30			Ĺ	·	ŕ
Обед 12.00-13.00	Котлета из говядины	54-4м	70	12,6	12,2	11,5	206,2
	Капуста тушеная	78	150	3,6	3,1	18,3	139,4
	Напиток из	54-13хн	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	шиповника		200		0,2	13,2	05,5
Полдник 15.30	Каша кукурузная	99	180	6,9	5	35,1	245,2
110лдник 13.30	молочная Чай	54-2гн	200	0.2	0	6,5	26,8
Итого за день			200	33,36	37,87	139,84	1113,8
		День 3					
Завтрак 8.10-8.50	Каша дружба	54-16к	180	4,8	5,28	21,72	152,04
	Чай с молоком	54-4гн	200	1,6	1,1	8,7	59
Второй завтрак 10.30	Банан		100	1,5	0,5	21	96
Обед 12.00-13.00	Суп из овощей на к/б	48	200/5	1,9	3,5	8,3	76,4
	Зеленый горошек		40	6	1	14,6	11,6
	Рыба припущенная	119	70	15,2	2,8	0	80,9
	Рис отварной	54-6г	130	3,2	4,1	31,6	176,3
	-				0	19,8	81
	Компот из с/фр	54-1хн	200	())			
	Компот из с/фр Сырники из творога	54-1хн 116	200 100	0,5			
Полдник 15.30	Сырники из творога		100	13,8	9,38	13,3	208,9
Полдник 15.30 Итого за день	Сырники из творога Йогурт	116			9,38 5	13,3 35	208,9 160
	Сырники из творога Йогурт	116	100	13,8	9,38	13,3	208,9
Итого за день	Сырники из творога Йогурт Каша кукурузная	116 209	100	13,8	9,38 5	13,3 35	208,9 160
	Сырники из творога Йогурт	116 209 День 4	100 200	13,8 6,2 54,7	9,38 5 32,66	13,3 35 174,02	208,9 160 1102,14

Второй завтрак 10.30	Сок фруктовый		100	0,26	0,17	11,44	52
1 1	Рассольник			- , -	- , -	,	
Обед 12.00-13.00	ленинградский на к/б	46	200/5	0,5	3,7	14,5	105,2
	со сметаной			3,2	3,7	1 1,5	
	Салат из моркови с		<i>c</i> 0	0.0	2.2	<i>c</i> 0	50.4
	сахаром	28	60	0,8	3,2	6,8	52,4
	Биточки из кур	154	70	19,5	6	1,8	148,8
	Греча рассыпчатая	54-4гн	130	7,1	5,46	31,2	186,9
	Яблочный напиток	№ рецептуры	200	0	0	23,5	89
Полдник 15.30	Винигрет из овощей	20	100	1	5,5	12	119
Полдник 15.50	Чай	54-2гн	200	0,2	0	6,5	26,8
Итого за день				39,96	33,63	149,34	1109,1
	Каша пшенная	День 5					
Завтрак 8.10-8.50		99	180	6,9	5	35,1	245,5
oubspan outs ones	молочная Кчай с молоком	54-4гн	200	1,6	1,1	8,7	50,9
Второй завтрак 10.30	Банан		100	1,5	0,5	21	96
	Суп рисовый с мясом	59	200/20/5	4,2	4	10,7	93,4
	со сметаной Салат из свежей		-55, 20, 5	- ,-		, ,	
	капусты	22	60	1	3,2	6,4	58,4
Обед 12.00-13.00	Тефтели из говядины	54-15м	70	9,2	9,3	8,5	155,3
	с рисом "Ежики"				ŕ	ŕ	, ,
	Гороховое пюре	160	130	3,3	3,8	12,3	118,8
	Напиток из плодов шиповника	54-13хн	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	Каша рисовая	99	100	6.0	_	25 1	245.5
Полдник 15.30	молочная	99	180	6,9	5	35,1	245,5
	Моноко кинина	215	200	5,9	6,8	9,9	123
	Молоко кипяченое	213	200				
Итого за день			200	41,1	38,9	162,9	1252,1
		День 6		41,1	38,9	162,9	1252,1
			180				
	Каша гречневая молочная	День 6	180	3	4,7	162,9	1252,1
Завтрак 8.10-8.50	Каша гречневая молочная Какао с молоком	День 6 96	180	3 4,6	38,9 4,7 3,6	162,9 15,5 12,6	1252,1 114,7 100,4
Завтрак 8.10-8.50	Каша гречневая молочная	День 6 96 54-21гн	180 200 100	3 4,6 1,5	38,9 4,7 3,6 0,5	162,9 15,5 12,6 21	1252,1 114,7 100,4 96
Завтрак 8.10-8.50	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной	День 6 96	180	3 4,6	38,9 4,7 3,6	162,9 15,5 12,6	1252,1 114,7 100,4
Завтрак 8.10-8.50	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с	День 6 96 54-21гн	180 200 100	3 4,6 1,5	38,9 4,7 3,6 0,5	162,9 15,5 12,6 21	1252,1 114,7 100,4 96
Завтрак 8.10-8.50	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник	180 200 100 200/5 60	3 4,6 1,5 1,6 0,8	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2	15,5 12,6 21 10,9 6,8	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7	180 200 100 200/5	3 4,6 1,5 1,6	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1	15,5 12,6 21 10,9	1252,1 114,7 100,4 96 87
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120	180 200 100 200/5 60 200	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2	15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плодов	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7	180 200 100 200/5 60	3 4,6 1,5 1,6 0,8	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2	15,5 12,6 21 10,9 6,8	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плодов Каша кукурузная	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120	180 200 100 200/5 60 200	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2	15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плодов	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194	180 200 100 200/5 60 200 200	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0	15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плодов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194 99 215	180 200 100 200/5 60 200 200 180	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5	15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00 Полдник 15.30	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плодов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194	180 200 100 200/5 60 200 200 180	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9 5,9	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5 6,8	15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1 9,9	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2 123
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00 Полдник 15.30	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плолов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194 99 215	180 200 100 200/5 60 200 200 180	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9 5,9	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5 6,8	15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1 9,9	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2 123
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00 Полдник 15.30	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плолов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое Суп молочный рисовый	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194 99 215 День 7	180 200 100 200/5 60 200 200 180 200	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9 5,9 39,1	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5 6,8 45,1	162,9 15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1 9,9 150,4	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2 123 1182,9
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00 Полдник 15.30 Итого за день	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плодов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое Суп молочный рисовый Чай с лимоном	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194 99 215 День 7 61 54-3гн	180 200 100 200/5 60 200 200 180 200	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9 5,9 39,1 3,3 0,3	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5 6,8 45,1 4,1 0	162,9 15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1 9,9 150,4 16,4 6,7	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2 123 1182,9 136,8 27,9
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00 Полдник 15.30 Итого за день Завтрак 8.10-8.50	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плолов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое Суп молочный рисовый Чай с лимоном Сыр (порц.)	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194 99 215 День 7	180 200 100 200/5 60 200 180 200 180 200 15	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9 5,9 39,1 3,3 0,3 3,5	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5 6,8 45,1 4,1 0 4,6	15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1 9,9 150,4 16,4 6,7 0	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2 123 1182,9 136,8 27,9 57
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00 Полдник 15.30 Итого за день	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плолов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое Суп молочный рисовый Чай с лимоном Сыр (порц.)	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194 99 215 День 7 61 54-3гн	180 200 100 200/5 60 200 200 180 200	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9 5,9 39,1 3,3 0,3	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5 6,8 45,1 4,1 0	162,9 15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1 9,9 150,4 16,4 6,7	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2 123 1182,9 136,8 27,9
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00 Полдник 15.30 Итого за день Завтрак 8.10-8.50	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плолов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое Суп молочный рисовый Чай с лимоном Сыр (порц.)	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194 99 215 День 7 61 54-3гн	180 200 100 200/5 60 200 180 200 180 200 15	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9 5,9 39,1 3,3 0,3 3,5	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5 6,8 45,1 4,1 0 4,6	15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1 9,9 150,4 16,4 6,7 0	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2 123 1182,9 136,8 27,9 57
Завтрак 8.10-8.50 Второй завтрак 10.30 Обед 12.00-13.00 Полдник 15.30 Итого за день Завтрак 8.10-8.50	Каша гречневая молочная Какао с молоком Банан Свекольник на к/б со сметаной Салат из моркови с сахаром Рагу овощное с мясом Напиток из свежих плодов Каша кукурузная молочная Молоко кипяченое Суп молочный рисовый Чай с лимоном Сыр (порц.) Сок фруктовый	День 6 96 54-21гн 67 28 сборник ТТК №7 №120 194 99 215 День 7 61 54-3гн 32	180 200 100 200/5 60 200 180 200 180 200 15 100	3 4,6 1,5 1,6 0,8 14,6 0,2 6,9 5,9 39,1 3,3 0,3 3,5 0,26	38,9 4,7 3,6 0,5 4,1 3,2 17,2 0 5 6,8 45,1 4,1 0 4,6 0,17	162,9 15,5 12,6 21 10,9 6,8 14,8 23,8 35,1 9,9 150,4 16,4 6,7 0 11,44	1252,1 114,7 100,4 96 87 52,4 273,6 90,6 245,2 123 1182,9 136,8 27,9 57 52

los 12 00 12 00	D						
Обед 12.00-13.00	Рыба припущенная в	125	70	9,9	5,7	2,4	100,8
	молоке		120		1.1	21.6	15.0
	Рис отварной	54-6г	130	3,2	4,1	31,6	176,3
	Компот из с/фр	54-1хн	200	0,5	0	19,8	81
Полдник 15.30	Сырники из творога	116	100	13,8	9,38	13,3	208,9
	Йогурт	209	200	6,2	5	35	160
Итого за день				63,23	44,73	283,95	1145,3
	T	День 8	100	4.0		aa	15001
Завтрак 8.10-8.50	Каша дружба	54-16к	180	4,8	5,28	21,72	152,04
	Чай с молоком	54-4гн	200	1,6	1,1	8,7	50,9
Второй завтрак 10.30	Банан		100	1,5	0,5	21	96
	Щи из свежей капусты	41	200/5	2,4	3,5	10,5	85,4
05 12 00 12 00	Салат из свеклы с чесноком	5	60	0,8	2,3	8,6	82,5
Обед 12.00-13.00	Биточки из кур	154	70	20,5	6	1,8	148,8
	Греча рассыпчатая	54-4г	130	7,1	5,46	31,2	186,9
	Коспот из плодов			<u> </u>			
	шиповника	54-13хн	200	0,6	0,2	15,2	65,3
	Каша рисовая						
Полдник 15.30	молочная	99	180	6,9	5	35,1	245,2
110000	Чай	54-2гн	200	0,2	0	6,5	26,8
Итого за день		3 2111	200	46,4	29,34	160,32	1139,84
THOID SE ACID		День 9		,.	25,6 :	100,02	110,00
	Каша кукурузная		100		_	25.1	245.2
Завтрак 8.10-8.50	молочная	99	180	6,9	5	35,1	245,2
Завтрак 6.10-6.30	Какао с молоком	54-21гн	200	4,6	3,6	12,6	100,4
-	Сыр (порц.)	32	15	3,5	4,6	0	57
Второй завтрак 10.30	Банан		100	1,5	0,5	21	96
	Суп гороховый на к/б	53	200/5	5,1	3,9	17,9	129,6
	со сметаной			- ,	- 9-		- , -
05 12 00 12 00	Салат из моркови с	28	60	0,8	3,2	6,8	52,4
Обед 12.00-13.00	сахаром Котлета рыбная	123	70	10,4	5,3	11,6	140
	•	78	1	-			
	Капуста тушеная		150	3,6	3,1	18,3	139,4
	Компот из сх/фр	54-1x	200	0,5	0	19,8	81
Полдник 15.30	Суп-пюре из овощей	63	150	2,9	3,2	10,4	75,8
	Чай с молоком	54-4гн	200	1,6	1,1	8,7	50,9
Итого за день		Т 10		41,4	33,5	162,2	1167,7
	T.C.	День 10					
Завтрак 8.10-8.50	Каша пшенная	54-24к	180	6	7,32	27,2	247,44
	молочная				Ĺ	·	
	Чай с лимоном	54-3гн	200	0,3	0	6,7	27,9
Второй завтрак 10.30	Сок фруктовый		100	0,26	0,17	11,44	52
	Суп рисовый с мясом со сметаной	59	200/20/5	4,2	4	10,7	93,4
	Салат из свежей капусты с яблоком	30	60	0,8	3,2	6,4	47,6
Обед 12.00-13.00	Котлета из говядины	54-4м	70	12,6	12,2	11,5	206,2
	Греча рассыпчатая	54-4Γ	130	7,1	5,46	31,2	186,9
	Напиток из плодов	54.10	200				
	шиповника	54-13хн	200	0,6	0,2	15,2	65,3

Полдник 15.30	Каща гречневая молочная	96	180	3	4,7	15,5	114,7
	Молоко кипяченое	215	200	5,9	6,8	9,9	123
Итого за день				40,76	44,05	145,74	1164,44
Итого за 10 дней				438,71	380,88	1668,11	11496,32