

Дети с 3-6 лет														
День 1														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет с колбасой или сосисками	130	11,73	20,30	2,36	238,73	0,51	0,06	0,02	0,58	92,10	196,42	17,81	2,04	60
Кофейный напиток с молоком	200	3,02	3,13	24,44	135,00	1,17	0,04	0,03	0,00	108,60	81,00	12,60	0,11	11
Масло сливочное (порциями)	5	0,05	3,6	0,05	33	0	0	0,02	0,05	1,2	1,5	0	0,01	65
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		16,61	27,30	35,76	451,74	1,68	0,15	0,07	0,85	208,30	302,52	42,81	3,02	
Обед														
Салат из отварной моркови с зеленым горошком	70	1,41	5,69	4,24	74,20	4,41	0,05	0,03	2,67	15,61	36,94	18,37	0,43	91
Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом	200/13	4,91	6,33	6,77	107,23	15,03	0,05	0,03	0,23	45,03	114,42	21,88	0,79	55
Поджарка из рыбы	65	7,71	2,74	2,64	66,30	0,75	0,01	0,01	1,42	17,16	95,00	21,70	0,43	54
Пюре картофельное	100	2,05	4,84	12,05	106,50	11,97	0,09	0,00	0,13	28,13	61,07	21,26	0,71	10
Компот из кураги	200	1,20	0,00	5,62	106,00	0,92	0,02	0,00	1,26	37,19	33,58	24,15	0,78	12
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	40	6,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		25,66	20,43	62,22	596,49	33,08	0,35	0,07	6,51	165,12	433,71	141,66	5,78	
Полдник														
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Булочка дорожная	50	3,70	6,84	24,46	185,00	0,19	0,06	0,04	0,58	23,16	38,47	5,95	0,32	8
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		5,61	7,32	66,99	345,40	17,07	0,12	0,04	0,70	39,26	76,27	39,85	1,34	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		47,88	55,05	164,97	1393,63	51,83	0,62	0,18	8,06	412,68	812,50	224,32	10,14	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		136,41	141,15	97,24	119,11	159,48	105,08	54,55	177,14	70,54	156,25	172,55	130,00	

Дети с 3-6 лет														
День 2														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка морковная с творогом с молоком сгущенным	140/20	17,03	14,62	38,48	367,33	1,05	0,09	0,03	0,47	213,57	251,10	34,77	0,81	38
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Сыр (порциями)	6	1,39	1,77	0,00	21,84	0,05	0,00	0,01	0,03	52,80	30,00	2,10	0,06	88
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		20,29	16,67	58,58	480,18	3,90	0,14	0,04	0,73	275,98	306,37	50,18	1,81	
Обед														
Винегрет овощной	80	0,99	8,11	7,58	100,80	7,49	0,03	0,01	3,62	18,91	32,42	14,75	0,63	74
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом птицы	200/13	3,64	7,31	7,63	120,00	7,33	0,04	0,03	0,21	39,06	62,14	21,47	1,11	28
Плов с мясом	200	17,50	14,49	31,24	326,51	2,37	0,05	0,02	0,41	7,35	146,35	35,00	1,51	81
Компот из сухофруктов	200	0,51	0,00	23,23	98,00	0,46	0,00	0,00	0,09	51,45	17,71	6,90	1,42	25
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	40	6,24	0,48	19,76	80,00	0,00	0,07	0,00	0,52	14,00	63,20	18,80	1,56	ГП
Итого		31,02	30,74	100,58	781,57	17,65	0,25	0,06	5,13	138,77	351,32	112,42	7,31	
Полдник														
Напиток "Валетек" с витаминами	160	0,00	0,00	14,72	59,20	24,00	0,90	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	105
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	45	3,38	4,43	33,48	187,65	0,00	0,02	0,00	0,59	13,05	40,50	9,00	0,95	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		4,29	4,71	70,53	332,25	36,88	0,96	0,40	0,69	15,15	64,30	34,90	1,37	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		55,60	52,12	229,69	1594,00	58,43	1,35	0,50	6,55	429,90	721,99	197,50	10,49	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		158,40	133,64	135,39	136,24	179,78	228,81	151,52	143,96	73,49	138,84	151,92	134,49	

Дети с 3-6 лет														
День 3														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша рисовая молочная жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	0,07	0,07	0,16	185,48	182,36	36,06	0,41	59
Какао с молоком	200	3,01	3,18	24,39	138,00	1,17	0,04	0,03	0,01	111,16	94,10	21,10	0,55	11
Сыр (порциями)	6	1,39	1,77	0,00	21,84	0,05	0,00	0,01	0,03	52,80	30,00	2,10	0,06	88
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		12,72	13,99	67,05	446,85	3,20	0,16	0,11	0,42	355,84	330,06	71,66	1,88	
Обед														
Икра морковная	70	1,44	4,79	6,57	79,63	6,21	0,04	0,00	2,52	20,42	42,90	25,68	0,74	42
Рассольник ленинградский со сметаной, с мясом	200/13	5,25	7,31	16,17	145,53	6,09	0,09	0,03	0,26	31,14	124,54	24,44	0,89	67
Птица отварная	35	7,38	4,76	0,00	73,77	0,00	0,02	0,01	0,10	13,65	50,05	7,00	0,63	57
Капуста тушеная	150	2,98	3,07	11,31	94,17	24,14	0,05	0,00	1,25	79,48	61,37	31,98	1,22	15
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	30	4,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		24,87	20,84	80,21	584,36	40,44	0,33	0,04	4,82	177,19	369,76	126,70	6,33	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Крендель сахарный	50	3,88	5,36	21,00	138,22	0,13	0,07	0,03	0,51	18,38	36,56	5,23	0,34	13
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		9,87	10,02	50,33	316,37	14,24	0,16	0,08	0,61	230,48	226,61	55,63	0,93	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		47,46	44,85	197,59	1347,58	57,88	0,65	0,23	5,85	763,51	926,43	253,99	9,14	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		135,21	115,00	116,47	115,18	178,09	110,17	69,70	128,57	130,51	178,16	195,38	117,18	

Дети с 3-6 лет														
День 4														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с крупой	200	4,13	5,05	15,88	125,00	0,78	0,05	0,04	0,06	133,77	120,16	20,52	0,18	30
Кофейный напиток с молоком	200	3,02	3,13	24,44	135,00	1,17	0,04	0,03	0,00	108,60	81,00	12,60	0,11	11
Джем или повидло (порциями)	10	0,04	0	6,5	25	0,05	0	0	0	1,4	0,9	0,7	0,13	98
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		9,00	8,45	55,73	330,01	2,00	0,14	0,07	0,28	250,17	225,66	46,22	1,28	
Обед														
Салат из отварной свеклы с зеленым горошком	70	1,48	5,69	5,15	77,70	6,58	0,04	0,00	0,04	19,11	34,14	14,17	0,71	95
Суп крестьянский с крупой с мясом	200/13	5,19	4,78	11,56	111,49	16,34	0,05	0,01	0,16	19,53	110,46	17,31	0,55	76
Котлеты или биточки рыбные	60	8,64	1,43	31,33	68,00	0,13	0,06	0,02	0,27	31,81	128,07	27,85	0,58	33
Пюре картофельное	100	2,05	4,84	12,05	106,50	11,97	0,09	0,00	0,13	28,13	61,07	21,26	0,71	10
Кисель из концентрата	200	0,00	0,00	26,94	104,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,62	0,00	0,00	0,08	104
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	30	4,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		24,18	17,45	112,99	583,95	35,02	0,35	0,03	1,27	117,70	410,64	110,19	4,88	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Булочка домашняя	50	4,02	7,13	30,60	203,40	0,18	0,07	0,01	1,45	21,33	37,99	6,11	0,35	50
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		10,01	11,79	59,93	381,55	14,29	0,16	0,06	1,55	233,43	228,04	56,51	0,94	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Мg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		43,19	37,69	228,65	1295,51	51,31	0,65	0,16	3,10	601,30	864,34	212,92	7,10	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		123,05	96,64	134,78	110,73	157,88	110,17	48,48	68,13	102,79	166,22	163,78	91,03	

Дети с 3-6 лет														
День 5														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Запеканка из творога с молоком сгущенным	170/25	30,90	22,40	36,08	487,07	0,54	0,09	0,02	0,62	316,87	399,19	42,35	0,98	71
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Сыр (порциями)	6	1,39	1,77	0,00	21,84	0,05	0,00	0,01	0,03	52,80	30,00	2,10	0,06	88
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		34,16	24,45	56,18	599,92	3,39	0,14	0,03	0,88	379,28	454,46	57,76	1,98	
Обед														
Салат из отварной моркови с зеленым горошком	70	1,41	5,69	4,24	74,20	4,41	0,05	0,03	2,67	15,61	36,94	18,37	0,43	91
Суп картофельный с крупой с мясом птицы	200/13	4,66	4,37	20,54	131,91	6,68	0,09	0,01	0,17	16,42	69,11	22,56	0,94	46
Рыба, запеченная под молочным соусом	60	6,21	5,01	25,39	78,60	0,34	0,05	0,01	0,16	44,90	110,60	22,29	0,31	31,8
Картофель отварной	100	1,92	4,43	13,43	101,31	8,00	0,09	0,02	0,14	12,67	53,53	21,27	0,78	18
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	30	4,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		22,02	20,41	109,76	577,28	23,43	0,41	0,07	3,83	122,10	361,08	122,09	5,31	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Булочка с изюмом "Веснушка"	40	3,78	6,70	31,09	82,65	0,00	0,06	0,02	0,37	21,30	35,33	6,22	0,36	6
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		9,77	11,36	60,42	260,80	14,11	0,15	0,07	0,47	233,40	225,38	56,62	0,95	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		65,95	56,22	226,36	1438,00	40,93	0,70	0,17	5,18	734,78	1040,92	236,47	8,24	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		187,89	144,15	133,43	122,91	125,94	118,64	51,52	113,85	125,60	200,18	181,90	105,64	

Дети с 3-6 лет														
День 6														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша пшеничная молочная жидкая	200	8,61	9,47	36,99	268,00	1,87	0,20	0,06	0,16	182,83	219,75	52,00	1,15	26
Кофейный напиток с молоком	200	3,02	3,13	24,44	135,00	1,17	0,04	0,03	0,00	108,60	81,00	12,60	0,11	11
Сыр (порциями)	6	1,39	1,77	0,00	21,84	0,05	0,00	0,01	0,03	52,80	30,00	2,10	0,06	88
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		14,83	14,64	70,34	469,85	3,09	0,29	0,10	0,41	350,63	354,35	79,10	2,18	
Обед														
Икра кабачковая	100	1,20	4,70	7,70	78,00	9,60	0,03	0,00	2,10	32,00	30,00	13,00	0,80	64
Суп "Шахтерский" с мясом	200/13	4,97	3,90	15,62	108,90	6,61	0,11	0,01	0,10	19,44	106,58	27,80	0,94	7
Птица отварная	35	7,38	4,76	0,00	73,77	0,00	0,02	0,01	0,10	13,65	50,05	7,00	0,63	57
Картофель тушеный	100	1,89	3,23	12,45	92,50	6,89	0,09	0,00	1,39	36,34	56,50	24,35	0,81	80
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	30	4,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		23,26	17,50	81,93	544,43	27,10	0,38	0,02	4,38	133,93	334,03	109,75	6,03	
Полдник														
Напиток "Валетек" с витаминами	160	0,00	0,00	14,72	59,20	24,00	0,90	0,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	105
Сушки,бублики, баранки	30	3,21	0,36	21,36	101,70	0,00	0,05	0,00	0,48	7,20	27,30	5,40	0,48	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		4,12	0,64	58,41	246,30	36,88	0,99	0,40	0,58	9,30	51,10	31,30	0,90	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		42,21	32,78	210,68	1260,58	67,07	1,66	0,52	5,37	493,86	739,48	220,15	9,11	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		120,26	84,05	124,19	107,74	206,37	281,36	157,58	118,02	84,42	142,21	169,35	116,79	

Дети с 3-6 лет														
День 7														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Суп молочный с крупой	200	4,13	5,05	15,88	125,00	0,78	0,05	0,04	0,06	133,77	120,16	20,52	0,18	30
Джем или повидло (порциями)	10	0,04	0	6,5	25	0,05	0	0	0	1,4	0,9	0,7	0,13	98
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Какао с молоком	200	3,01	3,18	24,39	138,00	1,17	0,04	0,03	0,01	111,16	94,10	21,10	0,55	11
Итого		8,99	8,50	55,68	333,01	2,00	0,14	0,07	0,29	252,73	238,76	54,72	1,72	
Обед														
Маринад овощной	80	0,96	4,07	6,02	65,60	4,84	0,04	0,00	2,02	18,42	37,58	23,33	0,52	93
Суп картофельный с бобовыми с мясом	200/13	6,43	3,61	17,59	125,11	4,88	0,19	0,01	0,23	35,74	142,32	34,49	1,87	40
Гуляш	80	10,93	12,47	1,56	163,33	0,31	0,01	0,01	0,30	11,07	116,95	13,70	1,63	89
Макаронные изделия отварные	120	4,13	5,29	25,26	160,80	0,00	0,04	0,02	0,47	5,17	28,69	6,18	0,61	103
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	30	4,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		30,27	26,35	96,59	706,10	14,03	0,41	0,04	3,71	102,90	416,44	115,30	7,48	
Полдник														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Булочка домашняя	50	4,02	7,13	30,60	203,40	0,18	0,07	0,01	1,45	21,33	37,99	6,11	0,35	50
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		9,43	12,21	59,98	378,80	13,96	0,14	0,04	1,55	204,93	198,29	53,01	0,92	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		48,69	47,06	212,25	1417,91	29,99	0,69	0,15	5,55	560,56	853,49	223,03	10,12	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		138,72	120,67	125,11	121,19	92,28	116,95	45,45	121,98	95,82	164,13	171,56	129,74	

Дети с 3-6 лет														
День 8														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша манная молочная жидкая	200	7,43	8,70	32,66	241,00	1,96	0,09	0,07	0,47	186,66	161,27	26,27	0,41	35
Чай с лимоном	200	0,06	0,01	11,19	46,00	2,80	0,00	0,00	0,01	3,21	1,67	0,91	0,08	31
Сыр (порциями)	6	1,39	1,77	0,00	21,84	0,05	0,00	0,01	0,03	52,80	30,00	2,10	0,06	88
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		10,69	10,75	52,76	353,85	4,81	0,14	0,08	0,73	249,07	216,54	41,68	1,41	
Обед														
Зеленый горошек (или кукуруза, или фасоль) отварные	100	5,05	0,20	8,30	55,00	10,00	0,11	0,08	0,20	20,00	62,00	21,00	0,70	100
Борщ из свежей капусты с картофелем со сметаной, с мясом птицы	200/13	3,64	7,31	7,63	120,00	7,33	0,04	0,03	0,21	39,06	62,14	21,47	1,11	28
Поджарка из рыбы	65	7,71	2,74	2,64	66,30	0,75	0,01	0,01	1,42	17,16	95,00	21,70	0,43	54
Рагу овощное	180	2,99	5,21	19,83	140,40	9,82	0,11	0,03	0,35	27,08	85,26	38,35	1,24	51
Компот из изюма	200	0,41	0,00	28,15	112,00	0,00	0,03	0,00	0,09	18,79	29,67	9,66	0,73	23
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	30	4,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		26,62	16,17	92,51	609,96	27,90	0,41	0,15	2,94	140,59	410,97	141,78	6,46	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	45	3,38	4,43	33,48	187,65	0,00	0,02	0,00	0,59	13,05	40,50	9,00	0,95	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		9,37	9,09	62,81	365,80	14,11	0,11	0,05	0,69	225,15	230,55	59,40	1,54	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		46,68	36,01	208,08	1329,61	46,82	0,66	0,28	4,36	614,81	858,06	242,86	9,41	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		132,99	92,33	122,65	113,64	144,06	111,86	84,85	95,82	105,10	165,01	186,82	120,64	

Дети с 3-6 лет														
День 9														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Каша рисовая молочная жидкая	200	6,51	8,77	33,75	242,00	1,98	0,07	0,07	0,16	185,48	182,36	36,06	0,41	59
Какао с молоком	200	3,01	3,18	24,39	138,00	1,17	0,04	0,03	0,01	111,16	94,10	21,10	0,55	11
Масло сливочное (порциями)	5	0,05	3,6	0,05	33	0	0	0,02	0,05	1,2	1,5	0	0,01	65
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		11,38	15,82	67,10	458,01	3,15	0,16	0,12	0,44	304,24	301,56	69,56	1,83	
Обед														
Салат из отварной моркови	70	0,84	2,17	4,39	41,30	2,61	0,04	0,00	1,20	18,31	34,98	23,33	0,41	82,25
Суп с крупой и рыбными консервами	200	5,36	4,63	19,37	121,60	6,60	0,07	0,01	0,13	14,66	96,32	24,12	0,83	75
Капуста тушеная	150	2,98	3,07	11,31	94,17	24,14	0,05	0,00	1,25	79,48	61,37	31,98	1,22	15
Колбасные изделия отварные	20	1,98	3,58	0,32	42,00	0,00	0,00	0,00	0,10	7,00	31,80	4,00	0,36	82
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	30	4,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		18,98	14,36	81,55	490,33	37,35	0,29	0,01	3,37	151,95	315,37	121,03	5,67	
Полдник														
Молоко кипяченое или молоко стерилизованное	200	4,50	4,80	7,05	90,00	0,90	0,03	0,03	0,00	181,50	136,50	21,00	0,15	49
Кондитерские изделия (вафли, пряники, печенье или др.)	45	3,38	4,43	33,48	187,65	0,00	0,02	0,00	0,59	13,05	40,50	9,00	0,95	ГП
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		8,79	9,51	62,86	363,05	13,78	0,09	0,03	0,69	196,65	200,80	55,90	1,52	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		39,15	39,69	211,51	1311,39	54,28	0,54	0,16	4,50	652,84	817,73	246,49	9,02	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		111,54	101,77	124,67	112,08	167,02	91,53	48,48	98,90	111,60	157,26	189,61	115,64	

Дети с 3-6 лет														
День 10														
Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Эн/ц (ккал)	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				№ ТК
		Б	Ж	У		С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15
Завтрак														
Омлет натуральный	130	11,13	14,87	2,96	189,00	0,65	0,08	0,01	0,47	107,38	204,23	20,67	2,25	17
Чай с сахаром	200	0,00	0,00	10,98	44,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,41	0,13	0,07	0,04	16
Сыр (порциями)	6	1,39	1,77	0,00	21,84	0,05	0,00	0,01	0,03	52,80	30,00	2,10	0,06	88
Хлеб пшеничный	20	1,81	0,27	8,91	45,01	0,00	0,05	0,00	0,22	6,40	23,60	12,40	0,86	ГП
Итого		14,33	16,91	22,85	299,85	0,70	0,13	0,02	0,72	166,99	257,96	35,24	3,21	
Обед														
Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	80	1,44	4,96	7,12	79,20	8,08	0,00	0,00	2,24	12,80	36,80	14,40	0,56	96
Суп из овощей со сметаной, с мясом	200/13	3,91	5,45	9,63	103,83	6,98	0,09	0,04	0,23	36,41	116,55	22,54	0,81	66
Котлеты, биточки, шницели из говядины	90	15,43	12,73	14,41	233,10	0,27	0,08	0,01	3,14	34,00	148,01	26,46	1,31	85
Соус сметанный	30	0,44	4,80	1,43	50,63	0,06	0,00	0,06	0,09	12,54	9,23	1,13	0,05	9
Макаронные изделия отварные	120	4,13	5,29	25,26	160,80	0,00	0,04	0,02	0,47	5,17	28,69	6,18	0,61	103
Сок	200	1,00	0,20	20,20	75,00	4,00	0,02	0,00	0,02	14,00	14,00	8,00	0,60	ГП
Хлеб пшеничный	25	2,14	0,35	11,14	56,26	0,00	0,06	0,00	0,28	8,00	29,50	15,50	1,08	ГП
Хлеб ржаной	30	4,68	0,36	14,82	60,00	0,00	0,05	0,00	0,39	10,50	47,40	14,10	1,17	ГП
Итого		33,17	34,14	104,01	818,82	19,39	0,34	0,13	6,86	133,42	430,18	108,31	6,19	
Полдник														
Кисломолочный продукт	175	5,08	4,38	7,00	92,75	1,23	0,05	0,05	0,00	210,00	166,25	24,50	0,17	41
Ватрушка с творогом из дрожжевого теста	50	6,65	7,39	20,02	173,00	0,24	0,06	0,03	0,46	49,54	74,06	8,96	0,36	69
Банан (груша, яблоко, апельсин, мандарин)	70	0,91	0,28	22,33	85,40	12,88	0,04	0,00	0,10	2,10	23,80	25,90	0,42	ГП
Итого		12,64	12,05	49,35	351,15	14,35	0,15	0,08	0,56	261,64	264,11	59,36	0,95	
Норма соли на весь день	3,9 гр.													
		Б	Ж	У	Эн/ц	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за день (приходящие дети)		60,14	63,10	176,21	1469,82	34,44	0,62	0,23	8,14	562,05	952,25	202,91	10,35	
Суточная потребность (приходящие дети) 65%		35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)		171,34	161,79	103,87	125,63	105,97	105,08	69,70	178,90	96,08	183,13	156,08	132,69	
Средние показатели пищевых веществ, энергетической ценности, витаминов и минеральных веществ														
		Пищевые вещества (г)			Эн/ц	Витамины (мг)				Минеральные вещества (мг)				

	Б	Ж	У	(ккал)	С	В1	А	Е	Са	Р	Mg	Fe	
Итого за 10 дней (приходящие дети)	496,95	464,57	2065,99	13858,03	492,98	8,14	2,58	56,66	5826,29	8587,19	2260,64	93,12	
Среднее значение (приходящие дети)	49,70	46,46	206,60	1385,80	49,30	0,81	0,26	5,67	582,63	858,72	226,06	9,31	
Соотношение Б:Ж:У	1,00	0,93	4,16										
Суточная потребность (приходящие дети)	35,10	39,00	169,65	1170,00	32,50	0,59	0,33	4,55	585,00	520,00	130,00	7,80	
Процент удовлетворения суточной потребности (приходящие дети)	141,58	119,12	121,78	118,44	151,69	137,97	78,18	124,53	99,59	165,14	173,90	119,38	