Руковедился Управления образования алучние трации. Ачинска Согласовано: М. Нефедова



Утверждаю: директор МКУ «Комбинат школьного

А.Н. Самсонов

«кинелип

Дифференцированное меню МКУ «Комбинат школьного питания»

рационов питания детей в детских садах г. Ачинска по возрастным нормам литания

В 10-ТИ ДНЕВНОМ МЕНЮ В ПОЗИЦИИ <<СОКИ ФРУКТОВЫЕ >> ЭТОРАЗНЫЕ ПО АССОРТИМЕНТУ СОКИ:ЯБЛОЧНЫЙ ,ВИШНЕВЫЙ ,АБРИКОСОВЫЙ ,СЛИВОВЫЙ И Т.Д.С.ЭГЛАСНО КОНТРАКТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ,И БЕЗОПАСНОГО ДЛЯ ЗДОРОВЬЯ ЛЕТЕЙ.

В ПОЗИЦИИ << КИСЛОМОЛОЧНЫЙ ПРОДУКТ >> ВКЛЮЧАЮТСЯ В АССОРТИМЕНТ :РЯЖЕНКИ, КЕФИРЫ, СНЕЖКИ, ВАРЕНЕЦ, ЙОГУРТЫ И Т.Д. СОГЛАСНО КОНТРАКТОВ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО УЧРЕЖДЕНИЯ.

ПРИ ЗАПОЛНЕНИИ ТАБЛИЦЫ СРЕДНЕСУТОЧНЫХ НОРМ, В ПОЗИЦИИ <<ОВОЩИ >> ВНОСЯТСЯ ПРИ ПОДСЧЕТЕ :МОРКОВЬ,ЛУК –РЕПЧАТЫЙ ,СВЕКЛА ,ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ,ГОРОШЕК И КУКУРУЗА КОНСЕРВИРОВАННЫЕ...ВСЕ ОВОЩНЫЕ ПЛОДЫ ЗА ИСКЛЮЧЕНИМ КАРТОФЕЛЯ !КАРТОФЕЛЬ СЧИТАЕТСЯ ОТДЕЛЬНОЙ ПОЗИЦИЕЙ В СанПиНе!

Итого за 10 дней Средняя дневная факт.норма 9 8 6 Дни S 4 w N \_ Усредненная потребность в пищевых веществах для детей дошкольного 3-7 лет 2024 г,зимний Возраст детей 3-7 лет 608,64 60,8 64,11 59,06 70,08 59,09 54,03 51,02 61,08 71,08 68,03 51,06 597,37 59,7 61,1 52,24 51,12 58,8 51,41 63,26 59,14 74 58,1 68,2 2323,39 Углеводы 232,3 251,4 267,19 256,2 201 229 217,9 212 205,3 248,4 235 17236,59 1723,6 1638 1545 1757,89 1878 1693 1767 1774 1679,7 к/кал 1725 1779 11,36 1,10 0,998 0,791 0,939 0,766 1,041 0,916 1,722 1,018 1,972 1,2 BI 0,17 1,78 1,076 1,984 1,75 2,021 1,382 1,605 1,9 1,617 1,48 1,59 **B2** 708,67 70,80 106,61 47,31 35,07 104,29 59,1 74,75 41,75 80,75 92,38 66,66 894,70 8947,02 621,75 1032,97 941,77 1270 694,25 680,16 836,92 1029,54 848,3 991,36 Ca 148,51 14,8 18,04 12,42 11,96 15,84 17,14 16,9 14,8 15,9 16,15 9,36 Fe

Среднесуточные нормы за 10 дней с 3-7 лет 2024 г Введены изменения

		Соль	Крахмал	Дрожжи	Cavab	מבאה	Кофе	Какао	Чай(сухой)	опнитерские из.	KOUNIATORGINI.	Viacno pacture	Масло сливошьсь	Мука	Макароны	Крупа	Хлеб пшеничный	хлеб ржаной	Сок	Сухофрукты	Фрукты свежие	Овощи(нетто)	партофель(нетто)	ино(шт)	Carpo	Caŭna	Сельпь	Рыба нетто	Птица(нетто)	Мясо(нетто)	Сыр(нетто)	Сметана	Творог(нетто)	Кефир	Молоко	
	-	5		1	33		1	2	0,6		6,95	77	33 74,23	24 16	00	23,1	82	50	100	18	114	223,5	219,15	1,2			000	60	73.2	,	10	18,5		180	229,6	,
	U		9	E	13	u	J	-		60	15	5	N. S.	5	1	23.1	77	50	100	•	149	104	169	0,15				4,63	79 4	53	1	8,5	150	180	394	١
-	5			1.1	31,6	1	1	0 3	9.0	•	15,9	12,9	35,7		77	13	00	5	100	18	114	319,7	191,15	1,11			85	,	2,00	c 30	1			180	270,6	U
	Ç-		1	-	31,25	w		0,0	000	1	5,1	20,75	28,8		44,4	080	00	100	100	18	114	185,4	116	2,9		62			97	1 5	110	20 5		- July	411.5	4
	5	9		0,00	330	1	ı	1,2		1	9,8	32,2	36,6	53	56,2	89	50	OOT	100	143	140	124	151 2	0,07			60	29,4	51		200	3 ,	nor	100	2006	5
	л.	1	8,0	34,2	3	3	1	0,6		1	17.05	22,14	59,1		101,8	98	50	100	18	149	122,8	7,111	111 0	1 133			54	80,4		,	7,25		180	206,6		6
		<b>S</b>		12			ı	0,6	00	70 (	20,00	195	7.8		34,8	72	50	100		114	265,3	56	2,0	32	3				61	15	20		180	328,5		7
,	1	,	2	49	٥	s	1	0,6	20	1,03	705	20 00	28		56,2	70	50	100	18	167	145,4	169	0,244					1	53	ı	14,5	138	180	187,0		8
7	9	٥	-	20		7	3	0.6	50	00	8,81		5	53	30.8	80	50	100		114	239,4	135,2				49	3	.   :	97	10	8,0		180	236,1	= 1	9
	1	+	<u>.</u>	38,65	ω	i	0,00	0.6	20	15,8	16,7	25,9		2	27	79 4	5	100	18	149	278,3	90	0,315			,	4,67	20 7	53	10	4,5	112,5	180	245,0		10
	ω	0,5	2 2	30	1.2	0,6	0,6		20	11	21	29	12	43	80	50	TOO	100	11	100	220	140	1, mT/40r	32	30	37	24	55	i o	11	1 6	40		450	ымдогт	Honne
	36	5,9	1,667	200.1	15	6	6	100	200	108,45	209,99	287,05	114	419,4	782,3	500	1000	\$UL	1000	1000	2005 6	1407 9	396 9r	32	30	308	241,8	549,2	60	109,75	400,5	700 E	1630	סווסח	-	
		5,9	295,7	CT	10	6	6	200	300	108.45	209.99	287,05	114	419,4	782,3	500	1000	X01	1333	200		IMPACIO	9 977	33	63	460	403		65,4		407,7	+	4341,5	+	_	$\neg$

	4	7		368 5	394 1				263	33			401							376	344	300	20	3 3		399	700		37/	307	185	7 213	2			№ pen
	BCELO	BCBBC C	FORD	STOJIORO	Чай с сакаром	Хлеб пшеничный	мартофельное шоре	устрыхадельки рыоные в сметанном соусе	Фригалан с растительным маслом	Callet as creating a second	Yacun	ИТОГО	Кисломолочный продукт	Булочка молочная	Полдник	NTOI O:	Хлеб пшеничный	хлео ржаной	жовног из сухофруктов	Solution Solution	Рату овопрод	На курином бульоне	Суп картофельный с макаронными изделиями	Салат из зеленого горошка с раст маслом	Obed	Сок фруктовый	2 завтрак	0.1010	Какао на молоке	Каша рисовая молочная жидкая с маслом	Алео с сыром	Shino	Завтрак			
-	+		100	180	20	1.30	100	80/30	60			180	OK OK	40		0.7	300	50	180	150	70	1	200	702	100			100	0.001	150/5	20/10	40		Hillidan	nancta .	Macra
51,06	70'81	0.7	0 / 0	0.06	3,91	2,65	7,1	07	0.73		9,86	5,22	4,64		25,48	1,54	3,	0,39	000	4 03	118	1,11	31.78		0,5		14,28	2,0/	1,03	3,9	3,00	5 00	0	1	1	
59,148	13,4	0,4	20,02	0.00	1,5	4,16	4,49	4,00	7 92		5,49	4,5	0,99		25,498	0,6	0,6	0,018	9,0	0.0	0 1	2,20	3,12				14,76	3,19	3,8	3,17	4,6		Ж	Инщевые вещества (г)		
248,41	77,36	9.3	9,99	0.00	24.4	17,6	11,44	4,03	100		33.31	7,2	26,11		94,94	9,8	15,39	24,99	15,8			13,71	3,75		13,5		42,8	15,82	16,9	9,8	0,28		У	ества (г)		The second second
1770	487,83	42	29	143,0	1750	119	125,23	46,8		100	222	90	130		717,46	52,4	90,2	98	158	128,9		83,8	50,16		56		351	96	1,09,1	83,2	63			S.J. (KKaJI)	2 II C	Base
1 000	0.46	0,02	0.08	0,08	0,12	0 17	0.06	0,1		761,0	270,0	0000	200	1	127	0.028	0.09	0.002	0,06	0.2		0,8	0,06		0,03		0.1	0.05	0.02		0,03		B1	3	ласт детен от 3-7 лет	ятельных уч
13,010	0.515	0.02	0.28	0,03	0,093	0.005	0.07	0.02		0,356	0,306	CU,U		01010	77.0	0,04	0.04	0.005	0 00	0,02		0,052	0.019		0.06		0.37	0 17	0.00	0 364	81.0		B2	Витамины, мг	т 3-7 лет	реждениях
31,34	77 0	20	2 32		15,74	0.18	0 10	57		1,26	1,26			31,90	20.10	T	0,50	0.36	124	0		6.6	9.9	C	7	1,0	1,43	- 43	0,07	0.07			0	I, MI		2010 года
320,36	12,9	1720	77.4	11.5	32,06	18,9	12	21		225,7	216	9,7		210,28	4,6	28,54	28,04	38.4	500	> > C	*1,0	216	30	30	35	2,012	13/	4,/	109,3	100 -	2	Ca	2	Минерал		
5,75	1,77	0,36		-	0.88	0,66	0,88			0.81	0.18	0,63		6,97	0,4	1,95	1,12		0,34		0,80	0.4		0,3		2,62	0,43	0,32	0,87	-	-	Fe	;	Минеральные в-ва, мг		

Примерное циклическое меню 2 -ой день

Në pert	Прием пини, наименование блюда	Масса порщин	Пинц	Пищевые вещества (г)	(1) 68T	Э.Ц. (кжал)	ГДе	reli or 3	Возраст детей от 3-7 лет (ккал) Витамина м	BHTANIBHA MT	HI NT
		порида	11 пли	звые вещес	TBa (r)	Э.Ц. (KKал)		В	Витамины, у	Витамины, мт	Витамины, мг Минеральные в-ва, мг
	Завтрак		6	×	У		-	ВІ	BI B2	-	B2 C
6	Хлеб с маслом	200							-		
185	Каша геркулесовая молочная жил с масном	30/3	2,42	3,96	15	103		0.05	0,05 0,03		
395	Кофейньий напиток с моноком	1000	4,11	4	17,53	113,8		0,13	0,13 0,03	-	0,03
	ИТОГО	180	2,85	2,41	14,36	80		0,036	0,036 0.135	-	0.135 1.17
	2 завтрак		8.04	10,37	45,89	296,8		0,216		0,195	0,195
399	Сок фруктовый	100								1	
	Obed	100	0,05		9,1	38		0.02	0.02 0,3		0,3
ra6.32	Икра кабачковая	70									+
75	Рассольник домашний со сметаной и мясом	180/20/8.5	5.93	7 71	4,6	46,8		+	0,06	0,06	0,06 0,01
282	Коглета публения из гольших					1.000,7		27.01.0	0,03		0,03
126	Картофель в моноке	70	10,4	7,86	10,4	154	-	80.0			013
383	Кисель фруктовий	061	3,5	3,67	19,67	126.5	-	013	013 013	0.13	0.13
	Xness parametri	180	0,08	0,06	20,57	58	-	1	0,12	0 200	0,10
	Y no. paragon	50	3,3	0.6	15 39	000	1	2000	+	+	81.0
	WINDO.	30	2,37	0.9	146	707	+	0,09	+	+	+
	Tan ham		27	23.1	98 86	2 769	+	0,04	20,0	20,02	20,02
	Tarana					4,000	+	0,472	+	+	266.0
	Кисломонолитей поставления	40	2,16	3,36	21.2	66.4	+	0.04	+	+	
	MIOLO.	180	5,22	4,5	7.2	90	+	0.07	+	10.01	0,01
	Уэсин		7,38	7,86	28,4	156,4	-	0,0)	0.11 0.37	+	0.37 1.8
	Сырыны из творого с поветием.						-		-		
400	Молоко кирку	150/20	32,2	21,8	18,5	400	+	0 1	01 041	0.41	0.40
368	Апельсин	180	5,48	4,88	9,07	102	+	0.08	-	0.20	0.20 3.46
	MTOFO	100	0,81	0,19	7,6	38	-	0,04	0,04 0,03	+	003 2340
_	BCEFO	-	58,5	26,87	35.17	540	-	0.22	1	0.7	07 6384
			68,03	68.2	205.3	L 0271	+			1800	180

Примерное пиклическое меню 3 -ый день

Tibe in	Прием пинци, наименование блюда	Macca				Возрас	ст дегей от 3-7 лет	3-7 ser			-
		шфф	Hinn	Пищевые вещества (г)	ства (г)	Э.Ц. (ккал)		Витамины, мі	MI	Минеральные в-ра ме	
	Завтрак		O1	*	V		BI	B2	2	2	-
6	Хлеб с маслом							1	-	Ca	+
213	Яйно	30/5	4,96	3,6	4	73	0,0	20.00			-
93	Сун молочили с миссовай	40	5,08	4,6	0.28	63	0,0	0.03	1	7,6	-
307	Устания с рисовой крупон	200	4.8	5	8 91	100	0,3	0,18		22	-
160	Какао на молоке	180	3 67	3 10	10,0	132,4	0,08	0,2	0,9	162	+
	BIOLO	+ 500	10,01	3,19	15,82	96	0,05	0,17	1.43	137	-
	2 завтрак		10,01	16,39	46,9	363,4	0,93	0,58	2,33	328.6	+
399	Сок фруктовый								1000	340,0	+
	Ωδεο	100	0,9		9,5	43	0,03	0.08	5	30	+
000	Салат из свеким с паст мастем								1.0	20	+
83	Сун картофеньна с функция	00	0,72	2,83	4,63	46.8	0	000	3		1
282	Hameric and and the second	200/20	6,32	4,96	14.8	1206	013	0.02	3,/	21	
336	Kallygra Toricandin at TORRUHIN	70	10,4	7.86	10.4	18/	0,12	0.1	10,7	28	
376	EOVERN LAMOUREM	150	3.1	4.85	1414	177	0,08	0,12		12	
2 - 2	Компот из сухофруктов	180	0 39	0100	14,14	112,65	0,03	0,04	25,75	83.17	7
	Алео ржаной	50	3.3	OTO:	29,99	101,7	0,002	0,005	0.36	28 64	1
	Хлеб иненичный	30	3 27	0,6	15,39	90,2	0,09	0,04		175	T
	BIOLO:		25.21	37.0	14,6	78,6	0,04	0,02		6.9	
	Полоник		1.200	0.77	98,95	713,55	0,462	0,345	42,51	19721	T
	Ватрушка с повидлом	20	,							1 44 1 6 4	T
401	Кисломолочный продукт	100	3./	2,52	37,8	162	0,07	0.08	0.04	100	
	O.O.O.I.	hor	3,22	4,5	7,2	90	0,07	0.24	1 8	316	
	Уэкин		8.92	7,02	45	252	0,14	0.32	184	231 5	
005 F	Огурец консервированный									634,3	
472	Горбуна отварная	00	0,48	0,06	0,02	8,4	0.022		7 5		
321	Картофельное шоре	73.1	18,9	7,42	0.31	144	1		1,3	17,25	
393	Haii c himonom	130	2.65	4,16	17.6	119	0   3	0.005			
<u> </u>	Хлеб пиеничный	180/7	0,07	0,01	7.1	30	07,100	0,092	13,79	32,06	
368 5	Яблоко	20	1,54	0,6	98	53.1	0.000		2,83	12,8	
	OLOLIN	100	0,4	0.4	0 7	40	0,028	0,12		4,6	0,4
a	RCFCO		24,04	12.65	44 13	205.0	20,02	0,02	8	12,9	10000
1.17	70.50		71.08	76	27.10	373,8	0.19	0,235	34,07	79.61	

Примерное циклическое меню 4-ьяй день.

№ рен	Присм инши напионования ба	Macca				Возрас	Возраст детей от 3-7 лет	3-7 Jier			
	PUDITO MITTERSON	порщи	Пинд	Пищевые вещества (г)	ства (г)	Э.П. (касал.)		Витамины, м	NIT	Минеральные в-ия ме	=
	Province		0,	×	<		!				
	Sampak			700			18	B2	C	Ca	
	Хлеб ппеничный,сыр	30/15	777	1							
168	Каша ячневая вязкая молочная с маслом	2/00/5	0,27	4,3	I	121,8	0,04	0.02		20	1
395	Кофейный напиток с моноком	E IDNA	4,39	4,2	28,3	169	0,08	0.03		10,0	1
	MTOFO	180	2,85	2,41	14,36	80	0.036	0125		1,10	T
	2 3/16/mo/nv		13,51	10,91	56.66	3708	0.000	0,100		113.2	
300	D. Sandarda			- 40		0,000	0,100	0,180	1,17	157.2	
399	Сок фруктовый	100									1
	Obed	AOL	0,3		13,5	56	0,03	0.06	5	30	
8,11	Сельдь соленая с луком	20/20									1
56	Борщ со свежей капустой со сметаной на	20005	5,5	4,3	2,3	70,8	0,02	0.035	78	0.4	
í	мясном бульоне	20000,0	1,53	4,72	8,95	84,6	0,02	0,02	8.42	37.73	0.0
270	Жаркое по домашнему	110/60	200								0,00
376	Компот из изюма	0001	20.8	5,33	18.5	205	0,21	0 34	8 97	11.	
	Хлеб ржаной	100	0.39	0,018	24,99	986	0.002	0.005	0,57	30.7.1	4
	Клеб пшеничный	30	3,3	0,6	15,39	90,2	0 00	0.00	0,00	28.64	
	MTOTO:	50	2,37	0,9	14,6	78.6	001	0,07		17,5	
	Полдник		42,7	15,87	84,73	627.2	0380	0.46	30.00	6,9	
499	I MOOKER CARROTTE						2000	0.40	20,33	131,3	8,02
400	Молоко	60	3,79	4,02	23.04	143 53	000				
	MIOLO	180	5,48	4.88	9.07	100	0.00	0.00	89,0	18,69	0
	Vyenn		9,27	8.9	11 (2	245.52	0,08	87.0	2,46	226,8	0,19
	11136.5				36,11	243,33	0,17	0,34	3,14	245,49	1.08
	Омлет натуральный	150	1000								
10	Зеленый горошек	000	13,20	23,75	2,65	276	0.07	0 54	25.0	110.3	
392	Чай с сахаром	00	1,79	3,11	3,75	50,16	0.06	0.018	0.20	110,7	2,7
×	Хлеб пшешиньй	081	0,06	0,02	9,99	29		0,010	0,0	12,9	0
368 E	Dagan	20	1,54	0,6	9.8	52 4	000		0,03	10	0
7	MIOLO	100	3.5	0	18.21	IR S	0.020	710,0		4,6	0
	RCFFO		16.8	27.58	44 4	25 F13	0,04	0,05	10	∞	0
B			61.00		7 7 7	VI.7.10	1 1 1 1 1	10 /273	200		

Примерное пиклическое мещо 5 -ый день

Nº pen.	Прием иниці, наименование блюда	Масса	E E E E E E E E E E E E E E E E E E E	евые веше	CTRa (r)	Э.Ц (ккал)	т детей оз	3-7 ner		
		нарины	Нищ	Нищевые вещества (г)	ства (г)	Э.Ц. (ккал)		Витамины, ми	~	R
	2		6	×	γ		RI	25	-	
	эавтрак						101	70	+	C
	Хлеб пшеничный	40	3 00	-					_	
168	Капа ппенная молочная жидкая с маслом	200/5	4.50	1,2	19,6	104,8	0,065	0,27		
400	Чай с молоком	180	3 10	4.9	26,32	168	0,15	0.02	-	
	MTOTO:	100	3,10	2,19	22,6	78	0,08	0,28		2,46
	2 завтрак		50,01	0,89	68,52	350,8	0,295	0,57		2,46
399	Сок фруктовый	100							311-	
	Obed	700	0,0		9,1	38	0.02	0,03		10
=	Салат из реп. лука с раст. маслом или	30	0.50							
83	Суп картофельный с бобовыми с мясом птины	200/20	0.39	1,85	2,3	27,7	0,014	0,06	2	2,85
2		-	ç	0,94	14,3	160,2	0,13	0,06	4	4,64
287	Гефтели из говядины с соусом сметанным	80/80	10.91	10 5	127	2			T	
317	Макароны отварные	150	2017	451	13,/	212	0,06	0,11	0,61	61
383	Кисель фруктовый	180	0.00	10.4	20,4	168,4	0,05	0,025		
	Хлеб ржаной	2007	0,00	0,06	20,57	58		0,002	0	0.18
	MTOFO:	OU.	3,3	0,6	15,39	90,2	0,09	0,04		
	Полдиик		26,25	26,46	101,76	754,5	0,364	0,327	18	18,28
496	Коржик молочилий	40	337							
401	Кисломолочный пролукт	30	3,26	5,62	31,8	191	0.04	0.04	_	79
	MIOLO:	0.61	3.22	4,5	7,2	90	0,07	0.24		200
	Ужин		8,48	10,12	39	281	0.11	0.28	_	19,7
2.c6 2005 r	т.32.сб 2005 г Огурец консервированный	50	0 10							
255	Котпета рыбная	80 00	0,48	0.00	0,02	8,4	0,022		7	7.5
321	Картофельное пюре	100	10,09	3,26	6,79	97	0,06	0,05	0	024
393	Sali C JUNIOHOM	UCI	2,65	4,16	17,6	119	0.12	0.095	7/	7.1
	VIII CHIMOHOM	180/7	0,07	0,01	7.1	30	0,14	0,090	, ,	13,74
	Хлеб ишешиньй	35	2.69	1 95	171	200			2,83	53
368	Χίδιοκο	100	0.4	0.43		91,7	0,05	0,04		
	NIONO		1803	001	9.3	42	0,02	0,02	00	
I	BCETO		20,01	0,94	37.91	7887	0,272	0,205	34,31	31
			21.1.12	Jan 14	201 10	1771				

		394	368		321	261	33			401	466					376	165	305	86	12		399				395	168	213			№ peu.	
BCEFO.	MTOI'O:	Чай с сахаром	Апельсин	Хлеб пиеничный	Картофельное шоре	Тефтели рыбные/соус сметанный № 354	Салат из свеклы с раст маслом	Уэсип	MTOPO:	Кисломолочный продукт	Сдоба обыкновенная	Полдиик	ИТОГО:	Хлеб ишеничный	Хлеб ржаной	Компот из изюма	Каша рисовая рассынчатая	Котлета из мяса птицы	Суп с домашней папшой с мясом птицы	Салат из кукурузы	<u>Obed</u>	Сок фруктовый	2 завтрак	ИТОГО:	Хлеб пшешчный	Кофейный напиток с молоком	Каша гречневая молочная вязкая с маслом	Яйцо вареное	Завтрак		Прием пиди, паименование блюда	
-		180	100	20	130	80/30	60			180	50			20	50	180	150	70	200/20	60		100			30	180	200/5	40			нилифин	Macca
51.03	13,07	0,06	0.81	1,58	2,65	9,23	0,72		10	5,22	3,8		26,9	1,58	3,3	0,39	3,72	10,7	6,44	1,7		0,9		14,14	2,37	2,85	6,21	5,08		6	Пище	
51.12	9,2	0,02	0,19	0,6	4,16	1,4	2,83		6,8	4,5	2,3		22,83	0,6	0,6	0,018	4,16	9,7	4,05	3.7				12,29	0,9	2,41	5,28	4,6		Ж	Нищевые вещества (г)	
256.2	56,73	9,99	7,6	9,8	17,6	7,11	4,63		33,3	7,2	26,1		123,6	9,8	15,39	24,99	38,7	10,9	9,53	4,82		9.5		42,54	14,6	14,36	27,9	0,28		٧	гва (г)	
1767	361,2	29	38	52,4	1119	76	46,8		231	90	141		847,5	52,4	90,2	98	207	174,3	123,1	59,5		43		327	78,6	80	184	63			Э.Ц (ккал)	Возрас
- 2	0,448	0.08	0.04	0,028	0,12	0,08	0,1		0,16	0,07	0,09		0.376	0,028	0,09	0,002	0,03	0,09	0,046	0,06		0.03		0,216	0,04	0,036	0,15	0,03		BI	8	л детей от 3-7 лет
10	0,605	0,28	0,03	0,12	0,095	0,06	0.02		0,36	0.31	0.05		0,42	0,12	0,04	0,005	0,03	0.1	0,015	0,03		0.08		0,395	0,02	0,135	0,08	0.18		B2	Витамины, м	3-7 лет
104 29	84,39	2,32	60		15,74	0,63	5,7		1,8	 			16,93			0,36		0,59	0,4	5,58		10		1,17		1,17				С	EI.	
2 242	328,66	224	24	4,6	32,06	23	21		254,4	216	38,4		117,94	4,6	17,5	28,64	6,1	14,2	15,8	11,1		20		147,3	6,9	113,2	12,1	22		Ca	Минераль	
15.84	3,58	0.56	0,16	0,4	0,88	0,7	0,88		1,14	0,18	0.96		6,7	0,4	1,95	1,12	0,5	1,28	0,46	0,39		0,6		4,42	0,4	0,12	3,3	1		Fe.	Минеральные в-ва, мг	

Примерное плилическое меню 7 -ой день

			400	185	368			401	458					383	336	288	87	ra6.32		399			393	215	таб32	7			we pen.	7
BCEFO:	INTOLO.	Хлеб пшеничный	Молоко киляченое	Капна геркунесовая молочная жи/кая с масл	Яблоко	Уэкин	ИТОГО:	Кисломолочный продукт	Печенье	Полдник	итого.	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Кисель фруктовый	Капуста тушенная	Фрикадельки из говядины в сметанном соусе	Сун картофеньный с рыбными консервами	Кукуруза консервированная	Obed	Сок фруктовый	2 завтрак	ИТОГО	Чай с лимоном	Омлет натуральный	Зеленый горошек	Хлеб с сыром	Завтрак		прием пици, наименование влюда	2
		20	180	200/5	100			180	50			20	50	180	150	80/80	200	60		100			180/7	150	60	20/15			порции	Масса
59,09	11,25	1,58	5,48	3,79	0,4		7,92	5.22	2,7		26,46	1,58	3,3	0,08	3.1	11,33	6,87	1,37		0,5		19,98	0,07	13,20	1.92	4.79		6	Пащ	
74	10.96	0,2	4,88	5,48	0,4		8,7	4,5	4,2		26	0,6	0,6	0,06	4,85	12,53	6,72	0,7				27,93	0,01	23,60	0,12	4,2		Ж	Пищевые вещества (г)	
212	52	9,66	9.07	23,97	9,3		33.7	7,2	26,5		103	9,8	15,39	20,57	14,14	14,19	11,4	8,6		9,1		23,45	7,1	2,65	3,9	9.8		y	тва (г)	
1693	351,2	47,2	102	160	42		173	90	83		740	52,4	90,2	58	112,65	215	134	40,2		38		428,2	30	276	24	98,2			Э.Ц. (ккал)	Возрас
0.766	0,258	0,028	0.08	0,13	0,02		0,11	0,07	0,04		0,328	0,028	0,09		0,03	0,07	0,03	0.06		0,02		0.07		0.07				BI	8	т детей от 3-7 лет
2 021	0,45	0,12	0,28	0,03	0,02		0.32	0,31	0,01		0,711	0,12	0,04	0,002	0,04	0,11	0.08	0,019		0,3		0,54		0,54		0.364		B2	Витамины, м	3-7 Jen
59 1	10,46		2,46		S		1,8	1.8			44			0,18	25,75	1,05	0,11	6,6		0		3,16	2,83	0.26		0,07		C	M	
941 77	262.6	4,6	226,8	18,3	12,9		226,7	216	10,7		219,47	4.6	17,5	9	83.17	40,1	36,2	12,9		16		233	12.8	110.7		109.5		Ca	Минераль	
16.0	3,46	0.4	0.19	1,1	1,77		0.93	0.18	0.75		8.65	0.4	1.95	0.25	1.2	1,25	-	0,4		2.2		3.89	0.32	2.7		0.87		Fe	Минеральные в-ва, мг	

Примерное пимлическое меню 8 -ой дени № рец. 185 (2) 401 368 460 376 395 291 399 57 19 Уэкши Чай с сахаром Хлеб пшеничный Каша молочная сборная с маслом OJOIN Банан Кисломолочный продукт Полоник Хлеб пленичный Хлеб ржаной Obed ИТОГО Крендель сахарный Компот из кураги Запеканка картофельная с мясом Борщ из свежей капустой с картофелем со Сок фруктовый 2 завтрак OLOLM Кофейный напиток с молоком Хлеб ишеничный Запеканка из творога с повидлом Завтрак данат из соленых огурцов с луком метаной Прием пиван, наименование блюда 200/8,5 menadon 200/5 Macca 150/20 180 100 180 160/5 30 180 65 100 180 40 70,08 2,37 0.06 3,5 5,22 8,72 3,3 0,39 0,55 2,85 22,8 i-sc 1,58 3,08 0,9 1,7 Пищевые вещества (г) 0,018 9,48 0,6 4,77 [.e.] [.9.] 8,76 19,21 4,5 0,6 9.5 3,3 1,2 67,5 18.21 15,39 24,99 9,99 92,7 14,6 56,16 29.5 27.8 10,35 14,36 25.7 19,6 22,2 9,8 7,2 1,69 Э.Ц. (ккал) 90,2 78,6 106.8 52,4 29 91,6 104,8 370 80 554,8 38.8 185 90 275 98 43 Возраст детей от 3-7 лет 0,07 0,08 0,028 0,04 0,151 0.04 0,084 0,002 0,036 0,065 0,09 0,17 0,01 0,03 BI Витамины, мг 0,31 0,135 0,63 0,05 0,12 0,084 0,02 0,04 0,005 0,16 0,01 0,705 0.08 0,27 0.3 B2 0.36 16,18 15,65 2,32 3,33 3.6 1,17 - 8. 10 1,44 0 0 Минеральные в-иа, ми 1032.97 229,6 24,8 28,64 37,73 113,2 379.1 216 169,9 224 17,5 142,5 13,6 6,9 10,6 00 Ca 20 11,96 3,46 0,56 0,18 1,07 0.89 **0,4** 3,73 0,05 0,39 0,12 0,6 0,79 1,95 0,79 1,9 1,12 0,6 1,82 Fe

меню 9 -ый день

368 Яблоко			Хле	393 'Yati	321   Kapa	247 Рыб	с 1.06-31.10 Овол	Ужин	ОЛОТИ	401 Hpo:	Печ	Пол	OJOJN	Хле	Хле	383 Кисс	317 Mak	277 Гуля			таб.32 Икра	Oped	399 Сок	2 34	OJOLH	397   Кака	185 Kanı	7 Хлес	300		Ni pen.	Damebuse musing
	O.IO	жо	Хлеб писничный	Чай с лимоном	Картофельное шоре	Рыба тущення с овощами	Оволи свежие или	ш	PO	Тродукт кысломолочный	leчень <i>е</i>	Полдинк	FO.	Хлеб пшеничный	Хлеб ржаной	Кисель фруктовый	Макароны отварные	уляці йз говядівы	OHe	MOHORN CH MOHEROMS OS LINSVILLOS ÉGACIONS EL ELISTE	Акра кабачковая	ò	Сок фруктовый	2 завтрак	1.0	Какао на моноке	Капа манная молочная жидкая с маслом	Хлеб с сыром	Завтрак		Прием пинци, нанменование блюда	IDANG PINA THE STATE SAME WELLING A FORT WOLLD
		100	30	180/7	130	40/40	60			180	50			20	50	180	150	60/60		200/8	60		100		Posito	180	200/5	30/10			масса	
	11,65	0.4	2,37	0.07	2,65	7,66	0,48		7,05	4,35	2,7		24	1,54	3,3	0,08	5,51	15,4		1 39	0,72		0,5		12	3,67	3,18	5		0	Пище	
	9,38	0,4	0,9	0,01	4,16	3,85	0,06		7,95	3,75	4,2		24,9	0,6	0,6	0,06	4,51	12,4	3	0 2	2,8				. 10	3,19	3,89	2,96		¥	Пищевые вещества (г)	
2000	53	9.3	14,6	7.1	17,6	2,2	2,04		32,5	6	26,5		88	9,8	15,39	20,57	26,4	3,96		6.78	4,6		9,1		56	15.82	26,38	14		V	ва (т)	
	352	42	78,6	30	119	74	8,4		158	75	83		681	52,4	90,2	58	168,4	189		76.6	46,8		38		354	96	153	104,8			Э.Ц. (ккал)	Bospaci
11.77.11	0,248	0,02	10,04		0.12	0,05	0,018		0,1	0.06	0,04		0,308	0,028	0,09		0,05	0.04		0.04	0,06		0,02		0.135	0,05	0,04	0,045		18		г детей от 3-7 лет
750	0,195	0,02	0,02		0,095	0,04	0.02		0,27	0.26	0,01		0,337	0,12	0,04	0,002	0,025	0,11		0.03	0,01		0,3		0,274	0.17	0,02	0,084		B2	Витамины, мг	i-7 Jer
17 21	34.23	œ		2,83	15,74	1,96	5,7		1,5	1,5			10,08			0,18		- 0,6		5	3,3		10		1,50	1,43		0,07		С	8	
621.75	99,86	12,9	6,9	12,8	32,06	22,1	13,1		190,7	180	10,7		77,79	4,6	17,5	9	4,85	29,2		- 84	10,8		16		253,4	137	8,2	108,2		Ca	Минераль	
12.42	4,18	1,77	0,4	0,32	0.88	0,47	0,34		0,9	0,15	0,75		5,89	0,4	1,95	0,25	1,1	1.15		0.68	0,36		2,2		1,45	0,43	0,34	0,68		Fe	Минеральные в-ва, мг	

Примерное приспическое меню 10 -ый день

		308	3/0	302	351	236			400	499				376	330	282	17	3 33		399			395	93	6,7			as best	V.
BCETO	M10.0	Апельсин	THE C CANADON	Unit of Conversion	Солс молонный	Пудвиг из творога	Yorun	MIOFO	Кисломолочный продукт	Пироязая с морковью	Полдник	ИТОГО	Хлеб ржаной	Компот из изюма	Капуста тупленная	Шницель рубленный из говядины	Суп картофельный стренками с мясом итицы	Салат из свеклы с раст.маслом	<u>Obed</u>	Сок фруктовый	2 завтрак	MOLO	Кофейный напиток с молоком	Суп молочный с крупой ячневой	Хлеб с маслом, сыр	Завтрак		прием пинци, ваписнование однода	
		100	081	300	30	150			180	60			50	180	150	70	200/20/20	60		100			180	200	30/5/10			порици	Macca
<u> </u>	23,25	0,81	0,06	0.30	0.50	21.8		9,01	5,22	3,79		22,14	3,3	0,39	3.1	10,4	6,07	0,72		0,5		13,4	2,85	5,5	5,05		01	Пищ	
61.1	17,35	0,19	0,02	1,34	1 34	158		8,52	4,5	4,02		21,1	0,6	0,018	4.85	7,86	4,9	2,83				14,13	2,41	5,1	6,62		×	Пищевые вещества (г)	
201	43,95	7.6	9,99	3,90	2 10	22.4		30,24	7,2	23,04		81	15,39	24.99	14,14	10,4	1	4,63		13,5		46.66	14.36	18.3	1		· ·	(L) ra.	
8591	424,4	38	29	30,4	200	207		233.53	90	143,53		621	90,2	98	112,65	154	119,1	46,8		56		359.2	80	142.2	137			Э.Ц. (ккал)	Возрас
866.0	0.27	0,04	0,08	0,00	0.00	0.00		0.16	0,07	0,09		0,402	0,09	0,002	0,03	0,08	0,100	0,1		0,03		0.166	0.036	0.08	0.05		33		пдетен от 3-7 лет
1 75	0.63	0,03	0,28	0,02	0,0	0.2		0.37	0,31	0,06		0.345	0.04	0,005	0,04	0,12	0,12	0,02		0.06		0.405	0 135	0.2	0.07		B2	Витамины, мі	3-7 Jet
100.61	62.61	60	2,32	0,09	2,0	000	15,10	248	1.8	0.68	1000	36.65		0.36	25.75		7,57	5,7		6	27.1.	214	1 17	0.9	0.07		0	MI	
1070	409	24	224	18,8	6,781		10000	234 60	216	18.69	20,000	242 01	17.5	28.64	83 17	12	79,7	21	200	30	V41.00	3,22	1137	103,4	1004	-	Ca	Минераль	
1001	- 55	0.16	0.56	0.04	0,79		1,07	107	0.18	0.89	1.10	1100	1 95	1 12	12	1 22	0,81	0.88	17,2	0 3	1240	21.0	013	1050	763		77	Минеральные в-ва, мг	