

Менюготавливаемых блюд**Рацион: 1,5-3. Года. Новое****Неделя: 1****День: понедельник**

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	160	3,06	4,02	15,26	109,42	228,01
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	10	2,32	2,95		36,4	13
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1		410	13,63	21,88	39,02	409,22	
Завтрак 2							
	Апельсин	200	1,8	0,4	16,2	86	6
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
Итого за Завтрак 2		350	2,55	0,55	31,35	155	
Обед							
	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом рец. 1 (Обычный)	50	0,78	2,79	4,69	47,46	45
	Салат из помидоров свежих с перцем сладким с растительным маслом рец. 2 (Сезонный)	50	0,53	3,58	1,81	42,39	40
	Уха ростовская рец. 2	200	11,26	3,66	52,62	290,28	119
	Пюре картофельное	130	7,75	6,02	78,23	399,83	362
	Азу из мяса отварного	90	14,27	15,94	4,67	219,43	300
	Компот из плодов сухих (чернослив)	150	0,42	0,12	19,34	82,01	412
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
Итого за Обед		725	39,37	35,17	192,99	1249	
Полдник							
	Печенье	20	1,54	1,82	14,18	79,2	509,01
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		220	7,54	8,22	23,58	199,2	
Ужин							
	Салат из свеклы с сыром	50	1,77	1,76	3,66	38,1	1 034
	Рис припущенный с овощами	120	2,72	5,04	26,4	162,06	13 034
	Рыба (филе), запеченная под соусом для ДП	70	14	6,68	2,8	127,81	7 062
	Чай с лимоном	100	0,1	0,02	7,11	29,12	431
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин		375	21,15	14,36	56,8	442,69	
Ужин 2							
	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2		200	5,8	5	8,4	108	
Итого за день		2 280	90,04	85,18	352,14	2563,11	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 1

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Запеканка из творога с изюмом	130	21,7	14,08	25,78	321,14	6 009
	Соус абрикосовый	20	0,11	0,01	13,1	52,98	399
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	10	2,32	2,95		36,4	13
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Завтрак 1	400	32,38	31,95	62,64	673,92	
Завтрак 2	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	0,1
	Итого за Завтрак 2	350	1,55	0,75	35,75	163	
Обед	Винегрет овощной рец. 1	50	1,27	5,08	9,79	90,35	72,01
	Суп-пюре из цветной капусты	200	4,58	3,38	25,82	152,94	2 057
	Сухарики из хлеба пшеничного	15	1,61	0,62	11,03	56,2	156
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,28	5,93	28,33	191,46	354
	Печень по-строгановски	90	12,01	4,57	3,82	105,1	302
	Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (смородина)	150	0,15	0,05	12,54	52,04	415
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Зефир	20	0,16	0,02	15,96	65,2	507
	Итого за Обед	670	28,62	20,51	124,12	798,89	
Полдник	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Компот из плодов свежих (груши)	150	0,12	0,09	10,58	44,04	409,02
	Итого за Полдник	170	1,92	2,29	25,38	126,04	
Ужин	Огурцы свежие (Обычный)	60	0,42	0,06		6,6	6
	Огурцы консервированные без уксуса (Сезонный)	40	0,32	0,04	0,68	5,2	13 035
	Картофельная запеканка с овощами	140	9,65	7,04	95,8	487,54	13 029
	Консервы мясные для питания детей раннего возраста.	100	18	16		216	1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Чай с молоком	100	0,75	0,8	7,16	38,94	432
	Итого за Ужин	475	31,7	24,8	120,47	839,88	
Ужин 2	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Итого за Ужин 2	200	6	6,4	9,4	120	
Итого за день		2 265	102,17	86,7	377,76	2721,73	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 1

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Омлет с сыром запеченный	100	11,82	14,94	1,67	189,09	254
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Кофейный напиток из цикория с молоком	120	3,08	3,07	12,8	89,82	10 019
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Завтрак 1	310	26,25	26,77	35,83	491,31	
Завтрак 2	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Банан	200	3	1	42	192	0,1
	Виноград (Июнь-август)	150	0,9	0,9	23,1	108	6
Итого за Завтрак 2	500	4,65	2,05	80,25	369		
Обед	Салат из редиса с растительным маслом	50	1,15	3,62	1,47	43,32	43
	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,32	4,18	19,14	127,9	83
	Жаркое по-домашнему (говядина)	220	36,94	30,95	122,17	917,31	294
	Отвар из шиповника с сахаром	100	0,24	0,1	6,38	31,85	408,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
Итого за Обед	625	46,01	41,91	180,79	1287,98		
Полдник	Ватрушка с творогом собственного приготовления	50	6,89	6,84	21,88	177,36	477
	Компот из плодов быстрозамороженных (клубника) .	150	0,06	0,02	26,4	103,46	10 103
	Итого за Полдник	200	6,95	6,86	48,28	280,82	
Ужин	Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным (Сезонный)	50	0,52	0,75	4,61	28,8	55
	Салат из капусты цветной отварной с огурцом, зеленым салатом (Обычный)	50	0,54	13,69	0,75	129,23	1
	Рагу из овощей	150	4,13	5	28,2	175,44	175
	Котлеты или биточки рыбные собственного производства	100	13,65	8,08	17,39	196,83	279
	Фиточай цветочный	150			10,49	41,97	10 021,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Ужин	535	21,4	28,38	78,27	657,87	
Ужин 2	Йогурт	180	7,2	2,7	25,74	162	0,1
Итого за Ужин 2	180	7,2	2,7	25,74	162		
Итого за день	2 350	112,46	108,67	449,16	3248,98		

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 1

День: четверг

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1								
		Каша вязкая с тыквой (пшено)	160	5,84	6,24	30,99	204,06	222
		Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
		Сахар	5			4,99	19,95	0,1
		Чай черный	100	0,1	0,03	0,02		430
Итого за Завтрак 1			300	8,16	10,88	50,31	331,96	
Завтрак 2								
		Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
		Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	0,1
Итого за Завтрак 2			350	1,55	0,75	35,75	163	
Обед								
		Салат из кальмаров с яблоками	50	6,44	1,74	2,6	52,67	66
		Щи по-уральски (с крупой) на курином бульоне	200	2,54	4,02	6,04	72,32	99
		Птица отварная (цыплята) к первому блюду	20	4,82	4,86	0,1	63,34	341
		Рис отварной	110	2,66	5,52	27,74	171,34	355
		Соус томатный	20	0,3	1,9	1,25	23,54	381
		Котлеты рубленые из птицы (филе куриное)	50	8,4	9,52	8,96	155,03	322
		Компот из апельсинов или мандаринов	150	0,25	0,02	25,52	107,93	411
		Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед			655	29,77	30,64	103,84	813,77	
Полдник								
		Лепешки картофельные.	50	4,49	3,3	37,2	197,12	176
		Компот из плодов сухих (чернослив)	150	0,42	0,12	19,34	82,01	412
Итого за Полдник			200	4,91	3,42	56,54	279,13	
Ужин								
		Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	50	0,54	5,08	4,28	65,95	8
		Салат зеленый огурцами и помидорами. (Сезонный)	50	0,45	2,42	0,95	29,77	35
		Картофель тушеный с луком рец.3	120	7,09	4,36	75,04	369,49	8 010
		Мясо отварное	70	21,04	18,04	0,45	247,95	289
		Фиточай цветочно-травяной	100					10 024,01
		Сахар	3			2,99	11,97	0,1
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин			428	31,68	30,76	100,54	810,73	
Ужин 2								
		Кефир детский	204	5,92	6,53	8,16	120,36	439
Итого за Ужин 2			204	5,92	6,53	8,16	120,36	
Итого за день			2 137	81,99	82,98	355,14	2518,95	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 1

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Суфле творожное запеченное рец. 2	120	19,26	12,08	16,28	254,53	267
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,5	0,04	11,36	51,8	9 004
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Чай с молоком с сахаром 1	100	0,76	0,75	6,09	33,75	432,03
	Итого за Завтрак 1	275	23,74	17,48	48,04	448,03	
Завтрак 2	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Яблоки	190	0,76	0,76	18,62	89,3	6
	Итого за Завтрак 2	340	1,51	0,91	33,77	158,3	
Обед	Огурцы свежие	50	0,35	0,05		5,5	6
	Щи из шпината со сметаной	200	5,1	3,73	37,33	205,31	98
	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	30	2,54	2,3	0,14	31,4	261
	Пюре картофельное	120	7,15	5,56	72,22	369,07	362
	Тефтели мясные.	50	7,8	11,63	10,71	178,94	317,01
	Соус молочный	20	1,19	2,36	2,95	37,88	384
	Компот из плодов свежих (груши)	150	0,12	0,09	10,58	44,04	409,02
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед	675	28,61	28,78	165,56	1039,74		
Полдник	Оладьи с яблоками	50	3,64	2,82	15,59	102,5	475
	Соус сметанный	20	0,3	0,78	1,15	12,96	387
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Итого за Полдник	270	9,94	10	26,14	235,46	
Ужин	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного	50	0,73	2,55	3,39	39,62	59
	Макароны, запеченные с сыром	120	7,5	9,83	28,55	233,39	248
	Пудинг из говядины	70	17,56	18,51	0,81	239,73	328,01
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	100	0,62	0,04	9,61	41,82	412,02
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Ужин	370	28,59	31,64	56,62	627,06	
Ужин 2	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2	200	5,8	5	8,4	108		
Итого за день	2 130	98,19	93,81	338,53	2616,59		

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 1

День: суббота

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1								
		Омлет натуральный, запеченный	120	12,53	13,38	2,35	179,92	253
		Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
		Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
		Кофейный напиток злаковый на молоке	100	0,6	0,3	5,29	23,55	433
Итого за Завтрак 1			310	24,48	22,44	29	415,87	
Завтрак 2								
		Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
		Мандарин (Сезонный)	190	1,52	0,38	14,25	72,2	0,1
		Виноград (Обычный)	150	0,9	0,9	23,1	108	6
Итого за Завтрак 2			490	3,17	1,43	52,5	249,2	
Обед								
		Салат зеленый с огурцами и помидорами с растительным маслом	50	0,48	3,07	0,83	34,33	35
		Суп с клецками на мясном бульоне	200	7,1	2,1	34,08	183,66	2 074
		Запеканка картофельная с мясом отварным	200	30,06	20,66	127,54	818,78	332
		Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	150	0,15	0,05	12,54	52,04	415
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед			635	40,35	26,74	191,82	1174,41	
Полдник								
		Чай с молоком	100	0,75	0,8	7,16	38,94	432
		Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
Итого за Полдник			120	2,55	3	21,96	120,94	
Ужин								
		Икра из баклажанов собственного производства	50	0,81	2,57	3,29	39,79	75
		Картофель в молоке.	120	5,58	4	60,19	300,31	161
		Консервы мясные для питания детей раннего возраста.	100	18	16		216	1
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
		Чай с лимоном	100	0,1	0,02	7,11	29,12	431
Итого за Ужин			405	27,05	23,45	87,42	670,82	
Ужин 2								
		Йогурт питьевой	200	5,6	4,8	28,6	178	439
Итого за Ужин 2			200	5,6	4,8	28,6	178	
Итого за день			2 160	103,2	81,86	411,3	2809,24	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 1

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1								
	Каша вязкая на молоке (гречневая).	160	5,07	5,07	27,68	176,38	221	
	Бутерброды с сыром	25	10,8	19,99	17,9	295,74	4	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480	
	Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481	
	Чай с молоком	100	0,75	0,8	7,16	38,94	432	
Итого за Завтрак 1		315	18,8	26,57	67	583,56		
Завтрак 2								
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1	
	Груши	180	0,72	0,54	18,54	84,6	0,1	
Итого за Завтрак 2		330	1,47	0,69	33,69	153,6		
Обед								
	Суп картофельный с изделиями макаронными на курином бульоне	200	5,86	2,04	50,04	243,02	116,02	
	Салат из моркови с растительным маслом (с сахаром) (Обычный)	50	0,59	3,54	4,64	53,38	52	
	Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным (Сезонный)	50	0,52	0,75	4,61	28,8	55	
	Суп картофельный с изделиями макаронными на курином бульоне	200	5,86	2,04	50,04	243,02	116,02	
	Птица отварная (цыплята)	60	15,65	15,79	0,2	205,19	341	
	Капуста цветная отварная, запеченная в соусе сухарном	130	5,6	6,05	13,98	133,65	211	
	Отвар из шиповника с сахаром	100	0,24	0,1	6,38	31,85	408,01	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480	
	Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481	
	Итого за Обед		825	36,88	31,17	146,72	1024,51	
	Полдник							
Печенье растворимое для ДП		20	1,8	2,2	14,8	82	1,01	
Компот из плодов свежих (груши)		150	0,12	0,09	10,58	44,04	409,02	
Итого за Полдник		170	1,92	2,29	25,38	126,04		
Ужин								
	Салат из помидоров с луком и растительным маслом	60	0,68	3,11	2,21	40,89	37	
	Картофель отварной	130	8,32	4,46	88,8	430,44	160	
	Суфле паровое из рыбы (филе) отварной	70	12,47	6,09	2,86	115,96	278	
	Компот из плодов быстрозамороженных (ч/смородина)	200	0,12	0,04	12,8	54,04	415,04	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480	
	Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481	
Итого за Ужин		495	24,15	14,56	123,5	726,93		
Ужин 2								
	Кефир детский	204	5,92	6,53	8,16	120,36	439	
Итого за Ужин 2		204	5,92	6,53	8,16	120,36		
Итого за день		2 339	89,14	81,81	404,45	2735		

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 2

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Запеканка из творога	130	21,35	13,96	22,91	307	267
	Соус сметанный	20	0,3	0,78	1,15	12,96	387
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами	20	1,5	0,58	10,28	52,4	13 002
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Чай зеленый с сахаром	100	0,07	0,02	7	27,93	430,02
	Итого за Завтрак 1	290	23,97	23,27	45,42	491,29	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,6	6
Итого за Завтрак 2	330	1,47	0,87	32,79	153,6		
Обед							
	Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с соусом салатным	50	3,65	0,9	1,85	30,07	67
	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,32	4,18	19,14	127,9	83
	Изделия макаронные группы А отварные	120	4,69	3,45	28,56	164,2	246
	Мясо тушенное в томатном соусе, с маслом растительным	100	17,8	19,5	5,9	270	297
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед	705	38,02	35,29	81,68	797,77		
Полдник							
	Пирожки печеные из теста дрожжевого с рисом и яйцом	50	4,13	2,64	22,83	131,65	13 031
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	150	0,93	0,06	14,42	62,73	412,02
Итого за Полдник	200	5,06	2,7	37,25	194,38		
Ужин							
	Салат - коктейль овощной	50	1,03	6,68	2,13	74,39	31
	Рагу из птицы	200	20,78	18,92	70,02	535,5	342
	Чай черный	150	0,15	0,05	0,03		430
	Сахар	5			4,99	19,95	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин	440	24,52	26,51	94	715,44		
Ужин 2							
	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2	200	5,8	5	8,4	108		
Итого за день		2 165	98,84	93,64	299,54	2460,48	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 2

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	150	2,87	3,77	14,31	102,59	228,01
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	10	2,32	2,95		36,4	13
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Завтрак 1		450	22,54	21,88	45,07	471,39	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Груши	190	0,76	0,57	19,57	89,3	0,1
Итого за Завтрак 2		340	1,51	0,72	34,72	158,3	
Обед							
	Огурцы свежие	70	0,49	0,07		7,7	6
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	7,48	3,64	52,16	272,46	115,05
	Картофель, запеченный с яйцами и помидорами с маслом растительным (рец 3)	150	15,27	11,99	79,64	489,66	198
	Котлеты мясные рубленые, запеченные в соусе молочном	80	21,98	29,89	16,97	425,67	309
	Соус молочный для запекания (овощей, мяса, рыбы)	25	0,91	1,8	2,25	28,89	386
	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,18	0,18	13,4	57,08	409
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		710	48,87	48,43	181,25	1367,06	
Полдник							
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	150	0,59	0,09	19,44	82,07	412,01
Итого за Полдник		170	2,39	2,29	34,24	164,07	
Ужин							
	Салат из помидоров свежих с перцем сладким с растительным маслом рец. 2	50	0,53	3,58	1,81	42,39	40
	Рис отварной	120	2,9	6,02	30,26	186,91	355
	Консервы мясные для питания детей раннего возраста.	100	18	16		216	1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Фиточай цветочно-плодово-травяной	100			6,49	25,94	10 022
Итого за Ужин		405	23,99	26,46	55,39	556,84	
Ужин 2							
	Йогурт	180	7,2	2,7	25,74	162	0,1
Итого за Ужин 2		180	7,2	2,7	25,74	162	
Итого за день		2 255	106,5	102,48	376,41	2879,66	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 2

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша вязкая на молоке (пшенная)..	120	5,81	6,83	20,74	168,08	221,02
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Завтрак 1	355	14,03	17,84	44,45	396,03	
Завтрак 2	Яблоки	180	0,72	0,72	17,64	84,6	6
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
Итого за Завтрак 2		330	1,47	0,87	32,79	153,6	
Обед	Салат зеленый огурцами и помидорами.	50	0,45	2,42	0,95	29,77	35
	Суп рыбный (консервы лососевые)	200	11	4,44	47,7	275,82	2 017
	Картофель тушеный с луком рец.3	140	8,27	5,08	87,54	431,07	8 010
	Рыба (филе), запеченная под соусом для ДП	80	16	7,63	3,2	146,06	7 062
	Компот из плодов быстрозамороженных (клюква)	150	0,11	0,05	14,19	59,33	10 027
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		675	40,19	22,68	185,21	1109,65	
Полдник	Сырники из творога собственного производства	80	14,68	8,3	17,44	206,06	263
	Соус абрикосовый	20	0,11	0,01	13,1	52,98	399
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Итого за Полдник	300	20,79	14,71	39,94	379,04	
Ужин	Салат картофельный с горошком зеленым с соусом салатным	60	1,69	0,59	13,39	66,95	9
	Соус томатный	15	0,23	1,43	0,93	17,65	381
	Капуста тушеная	130	3,17	5,3	13,03	114,36	170
	Ежики мясные	100	13,49	5008,06	7,64	45151,93	527
	Отвар из шиповника с сахаром	150	0,36	0,15	9,57	47,78	408,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин		490	21,5	5016,39	61,39	45484,27	
Ужин 2	Кефир для питания детей с 8-ми месяцев с м.ж.д 3,2 %	204	5,92	6,53	8,16	120,36	1 002
	Итого за Ужин 2	204	5,92	6,53	8,16	120,36	
Итого за день		2 354	103,9	5079,02	371,94	47642,95	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 2

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Омлет натуральный, запеченный	120	12,53	13,38	2,35	179,92	253
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	10	2,32	2,95		36,4	13
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Чай зеленый с сахаром	150	0,11	0,03	10,5	41,9	430,02
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1		370	26,31	25,12	34,21	470,62	
Завтрак 2							
	Апельсин (Сезонный)	150	1,35	0,3	12,15	64,5	6
	Виноград (Обычный)	150	0,9	0,9	23,1	108	6
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
Итого за Завтрак 2		450	3	1,35	50,4	241,5	
Обед							
	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	60	0,86	3,71	1,16	41,59	33
	Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	60	0,65	6,09	5,14	79,13	8
	Рассольник ленинградский на бульоне из птицы	200	5,56	4,1	46,98	248,72	104,01
	Рагу из овощей	140	3,51	4,66	26,47	163,03	374,02
	Соус томатный	10	0,15	0,95	0,62	11,77	381
	Птица отварная (цыплята)	50	13,04	13,16	0,17	170,99	341
	Компот из плодов сухих (чернослив)	150	0,42	0,12	19,34	82,01	412
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		705	26,75	33,65	116,71	882,84	
Полдник							
	Пирожки печеные из теста дрожжевого с картофелем и луком	50	4,59	2,25	30,43	160,65	476,01
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		250	10,59	8,65	39,83	280,65	
Ужин							
	Салат из свеклы и горошка зеленого консервированного	50	0,73	2,55	3,39	39,62	59
	Картофель в молоке.	130	6,05	4,33	65,21	325,34	161
	Шницель рыбный натуральный	70	11,26	6,46	7,27	132,15	285
	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,18	0,18	13,4	57,08	409
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин		435	20,78	14,38	106,1	639,79	
Ужин 2							
	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2		200	5,8	5	8,4	108	
Итого за день		2 410	93,23	88,15	355,65	2623,4	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 2

День: пятница

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1								
		Каша жидкая на молоке (рисовая)	160	5,95	4,75	29,65	185,68	228
		Чай с молоком с сахаром 1	120	0,91	0,9	7,31	40,5	432,03
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1			310	9,04	6,36	51,22	298,68	
Завтрак 2								
		Банан	190	2,85	0,95	39,9	182,4	0,1
		Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
Итого за Завтрак 2			340	3,6	1,1	55,05	251,4	
Обед								
		Огурцы консервированные без уксуса	40	0,32	0,04	0,68	5,2	13 035
		Суп с клецками на мясном бульоне	200	7,1	2,1	34,08	183,66	2 074
		Пюре картофельное	130	7,75	6,02	78,23	399,83	362
		Бефстроганов из мяса отварного в сметанно-молочном соусе	90	14,85	17	4,81	231,68	298
		Компот из плодов сухих витаминизированный (смесь косточковых плодов)	150	0,59	0,09	19,44	82,07	412,01
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед			645	33,17	26,11	154,07	988,04	
Полдник								
		Ватрушка с сыром собственного производства	50	6,3	7,18	16,35	155,87	12 008
		Компот из плодов свежих (груши)	150	0,12	0,09	10,58	44,04	409,02
Итого за Полдник			200	6,42	7,27	26,93	199,91	
Ужин								
		Салат из помидоров с растительным маслом рец. 3	50	0,51	4,09	1,71	46,76	1 026
		Картофель отварной	130	8,32	4,46	88,8	430,44	160
		Суфле паровое из мяса отварного	80	16,62	21,42	4,42	276,78	301
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
		Фиточай цветочно-травяной	100					10 024,01
		Сахар	10			9,98	39,9	0,1
Итого за Ужин			405	28,01	30,83	121,74	879,48	
Ужин 2								
		Йогурт	180	7,2	2,7	25,74	162	0,1
Итого за Ужин 2			180	7,2	2,7	25,74	162	
Итого за день			2 080	87,44	74,37	434,75	2779,51	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 2

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Суфле творожное запеченное рец. 2	110	17,66	11,08	14,93	233,32	267
	Яйцо куриное диетическое, сваренное в крутую	60	5,08	4,6	0,28	62,8	261
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Завтрак 1	410	30,99	30,59	38,97	559,52	
Завтрак 2	Мандарин (Обычный)	190	1,52	0,38	14,25	72,2	0,1
	Виноград (Сезонный)	190	1,14	1,14	29,26	136,8	6
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Итого за Завтрак 2	530	3,41	1,67	58,66	278	
Обед	Салат из помидоров с луком и растительным маслом	60	0,68	3,11	2,21	40,89	37
	Суп-пюре из горошка зеленого	200	3,26	6,18	10,2	109,82	144
	Изделия макаронные группы А отварные	120	4,69	3,45	28,56	164,2	246
	Котлеты рубленные из птицы запеченные с соусом молочным.	50	9,22	17,76	8,02	229,2	350
	Соус молочный	20	1,19	2,36	2,95	37,88	384
	Компот из плодов быстрозамороженных (ч/смородина)	150	0,09	0,03	9,6	40,53	415,04
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Обед	635	21,69	33,75	78,37	708,12	
Полдник	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Компот из плодов сухих (чернослив)	150	0,42	0,12	19,34	82,01	412
	Итого за Полдник	170	2,22	2,32	34,14	164,01	
Ужин	Икра из баклажанов собственного производства	50	0,81	2,57	3,29	39,79	75
	Голубцы с мясом и с рисом тушеные	180	13,88	15,77	14,78	257,9	336
	Картофель отварной	100	6,4	3,43	68,31	331,11	160
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Чай с лимоном	100	0,1	0,02	7,11	29,12	431
	Итого за Ужин	465	23,75	22,65	110,32	743,52	
Ужин 2	Кефир для питания детей с 8-ми месяцев с м.ж.д 3,2 %	204	5,92	6,53	8,16	120,36	1 002
	Итого за Ужин 2	204	5,92	6,53	8,16	120,36	
Итого за день		2 414	87,98	97,51	328,62	2573,53	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 2

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Омлет с горошком зеленым запеченный	120	8,83	8,44	5,62	133,66	257
	Бутерброды с сыром	30	12,96	23,99	21,48	354,89	4
	Чай с молоком	150	1,13	1,2	10,74	58,41	432
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Завтрак 1	330	25,1	34,34	52,1	619,46	
Завтрак 2	Груши	190	0,76	0,57	19,57	89,3	0,1
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Итого за Завтрак 2	340	1,51	0,72	34,72	158,3	
Обед	Винегрет овощной рец. 1	50	1,27	5,08	9,79	90,35	72,01
	Суп с изделиями макаронными группы А на бульоне из птицы	200	2,98	3,54	12,5	94,22	128
	Рис припущенный с овощами	120	2,72	5,04	26,4	162,06	13 034
	Птица отварная (цыплята)	60	15,65	15,79	0,2	205,19	341
	Компот из плодов быстрозамороженных (клубника) .	120	0,05	0,01	21,12	82,76	10 103
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Итого за Обед	605	27,03	32,52	101,64	802,18	
Полдник	Оладьи с яблоками	50	3,64	2,82	15,59	102,5	475
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,5	0,04	11,36	51,8	9 004
	Отвар из шиповника с сахаром	100	0,24	0,1	6,38	31,85	408,01
	Итого за Полдник	170	5,38	2,96	33,33	186,15	
Ужин	Салат из огурцов свежих	50	0,39	3,55	0,16	37,4	36
	Пюре картофельное	130	7,75	6,02	78,23	399,83	362
	Рыба (филе), тушенная в томате с овощами	60	7,78	5,4	2,63	90,28	274
	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,18	0,18	13,4	57,08	409
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
Итого за Ужин	475	27,76	16,26	118,25	739,19		
Ужин 2	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2	200	5,8	5	8,4	108		
Итого за день	2 120	92,58	91,8	348,44	2613,28		

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 3

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Суп молочный с изделиями макаронными	160	5,26	5,76	16,66	140,06	133
	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	60	5,08	4,6	0,28	62,8	261
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Кофейный напиток из цикория с молоком	150	3,86	3,84	16,01	112,28	10 019
Итого за Завтрак 1		400	16,38	14,91	47,21	387,64	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Яблоки	190	0,76	0,76	18,62	89,3	6
Итого за Завтрак 2		340	1,51	0,91	33,77	158,3	
Обед							
	Салат из помидоров с луком и растительным маслом	50	0,57	2,59	1,84	34,08	37
	Суп крестьянский с крупой (крупя перловая) на мясном бульоне	200	3,86	5,14	20,28	143,52	108
	Каша гречневая рассыпчатая	110	6,28	5,93	28,33	191,46	354
	Азу из мяса отварного	100	15,86	17,71	5,19	243,81	300
	Компот из апельсинов или мандаринов	150	0,25	0,02	25,52	107,93	411
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		645	29,38	32,25	97,99	806,4	
Полдник							
	Лепешки картофельные.	90	8,08	5,94	66,96	354,82	176
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		340	23,18	12,59	83,36	543,82	
Ужин							
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Икра из кабачков для детского питания промышленного производства	60	1,14	5,34	4,62	71,4	57
	Картофель в молоке.	130	6,05	4,33	65,21	325,34	161
	Консервы мясные для питания детей раннего возраста.	100	18	16		216	1
	Фиточай цветочно-плодово-травяной	100			6,49	25,94	10 022
Итого за Ужин		425	27,75	26,53	93,15	724,28	
Ужин 2							
	Йогурт питьевой	180	5,04	4,32	25,74	160,2	439
Итого за Ужин 2		180	5,04	4,32	25,74	160,2	
Итого за день		2 330	103,24	91,51	381,22	2780,64	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 3

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Запеканка из творога с изюмом	130	21,7	14,08	25,78	321,14	6 009
	Соус абрикосовый	20	0,11	0,01	13,1	52,98	399
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Бутерброд с рыбными гастрономическими продуктами (филе лососевых м/с для детского питания)	35	5,25	2,11	7,2	68,81	10
	Чай с молоком	100	0,75	0,8	7,16	38,94	432
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1		325	30,06	25,51	67,6	625,27	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Груши	190	0,76	0,57	19,57	89,3	0,1
Итого за Завтрак 2		340	1,51	0,72	34,72	158,3	
Обед							
	Помидор свежий	50	0,55	0,1	1,9	12	71
	Суп картофельный с сладким перцем на курином бульоне	200	5,88	7,9	46,76	283,18	13 022,02
	Картофель тушеный с луком рец.3	130	7,68	4,72	81,29	400,28	8 010
	Суфле из отварной птицы (цыпленка)	60	10,02	11,53	2,41	153,4	7 027
	Соус томатный	20	0,3	1,9	1,25	23,54	381
	Компот из плодов свежих (груши)	150	0,12	0,09	10,58	44,04	409,02
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		640	26,73	26,95	158,45	988,94	
Полдник							
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		270	16,9	8,85	31,2	271	
Ужин							
	Салат из огурцов свежих	60	0,46	4,26	0,19	44,87	36
	Капуста тушеная	130	3,17	5,3	13,03	114,36	170
	Консервы мясные для питания детей раннего возраста.	100	18	16		216	1
	Чай с молоком	150	1,13	1,2	10,74	58,41	432
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	15	1,13	0,44	7,71	39,3	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин		465	24,57	27,33	35,65	493,04	
Ужин 2							
	Кефир для питания детей с 8-ми месяцев с м.ж.д 3,2 %	204	5,92	6,53	8,16	120,36	1 002
Итого за Ужин 2		204	5,92	6,53	8,16	120,36	
Итого за день		2 244	105,69	95,89	335,78	2656,91	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 3

День: среда

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1								
		Омлет натуральный, запеченный	120	12,53	13,38	2,35	179,92	253
		Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
		Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
		Чай черный	150	0,15	0,05	0,03		430
		Сахар	5			4,99	19,95	0,1
Итого за Завтрак 1			360	24	18,29	28,68	376,82	
Завтрак 2								
		Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
		Апельсин (Обычный)	190	1,71	0,38	15,39	81,7	6
		Виноград (Сезонный)	190	1,14	1,14	29,26	136,8	6
Итого за Завтрак 2			530	3,6	1,67	59,8	287,5	
Обед								
		Салат из моркови с изюмом (Обычный)	50	0,59	0,37	6,57	33,48	55
		Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным (Сезонный)	50	0,52	0,75	4,61	28,8	55
		Борщ сибирский на мясном бульоне	200	4,96	3,72	19,36	131,6	85
		Пюре картофельное	130	7,75	6,02	78,23	399,83	362
		Говядина , тушеная с луком орехами и чесноком	100	21,23	38,79	5,57	455,91	295
		Компот из плодов быстрозамороженных (вишня)	150	0,15	0,05	12,54	52,04	415
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед			715	37,76	50,56	143,71	1187,26	
Полдник								
		Пирожки печеные из теста дрожжевого с картофелем и луком	50	4,59	2,25	30,43	160,65	476,01
		Отвар из шиповника с сахаром	150	0,36	0,15	9,57	47,78	408,01
Итого за Полдник			200	4,95	2,4	40	208,43	
Ужин								
		Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	60	0,86	3,71	1,16	41,59	33
		Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	60	0,65	6,09	5,14	79,13	8
		Рис отварной	110	2,66	5,52	27,74	171,34	355
		Котлеты или биточки рыбные собственного производства	100	13,65	8,08	17,39	196,83	279
		Соус томатный	20	0,3	1,9	1,25	23,54	381
		Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	60	5,08	4,6	0,28	62,8	261
		Чай с лимоном	100	0,1	0,02	7,11	29,12	431
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
		Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	100	0,5	0,1	10,1	46	10
Итого за Ужин			645	26,36	30,88	87	735,95	
Ужин 2								
		Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2			200	5,8	5	8,4	108	
Итого за день			2 650	102,47	108,8	367,59	2903,96	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 3

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша гречневая молочная	160	6,16	5,97	24,19	175,17	6,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	15	3,48	4,43		54,6	13
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Чай с молоком	150	1,13	1,2	10,74	58,41	432
Итого за Завтрак 1		410	22,09	16,46	56,24	465,13	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Банан	190	2,85	0,95	39,9	182,4	0,1
Итого за Завтрак 2		340	3,6	1,1	55,05	251,4	
Обед							
	Огурцы свежие	50	0,35	0,05		5,5	6
	Суп из овощей вегетарианский	200	3,84	3,92	30,68	174,3	109
	Картофель отварной	130	8,32	4,46	88,8	430,44	160
	Шницель натуральный рубленый (говядина)	90	19,8	21,49	9,45	310,13	304
	Соус сметанный	20	0,3	0,78	1,15	12,96	387
	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,18	0,18	13,4	57,08	409
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		675	35,35	31,74	160,31	1076,01	
Полдник							
	Пирожки печеные из теста дрожжевого с капустой и яйцом собственного производства	50	4,08	2,91	19,96	122,62	476,02
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		250	10,08	9,31	29,36	242,62	
Ужин							
	Винегрет овощной рец. 1	50	1,27	5,08	9,79	90,35	72,01
	Капуста цветная отварная, запеченная в соусе сухарном	200	8,62	9,3	21,5	205,62	211
	Консервы мясные для питания детей раннего возраста.	80	14,4	12,8		172,8	1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Фиточай цветочно-травяной	100					10 024,01
	Сахар	5			4,99	19,95	0,1
Итого за Ужин		470	26,85	28,04	53,11	574,32	
Ужин 2							
	Йогурт	180	7,2	2,7	25,74	162	0,1
Итого за Ужин 2		180	7,2	2,7	25,74	162	
Итого за день		2 325	105,17	89,35	379,81	2771,48	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 3

День: пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Суфле творожное запеченное рец. 2	110	17,66	11,08	14,93	233,32	267
	Молоко сгущенное с сахаром 8,5% жирности	20	1,5	0,04	11,36	51,8	9 004
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Чай с молоком с сахаром 1	120	0,91	0,9	7,31	40,5	432,03
Итого за Завтрак 1		280	22,25	12,73	47,86	398,12	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Яблоки	190	0,76	0,76	18,62	89,3	6
Итого за Завтрак 2		340	1,51	0,91	33,77	158,3	
Обед							
	Салат зеленый с помидорами с растительным маслом рец 2	50	0,61	3,09	1,37	36,41	33
	Уха ростовская рец. 2	200	11,26	3,66	52,62	290,28	119
	Изделия макаронные группы А отварные	110	4,3	3,17	26,18	150,52	246
	Соус томатный	20	0,3	1,9	1,25	23,54	381
	Котлеты рубленые из птицы (индейка)	70	10,96	16,52	8,5	227,02	347
	Компот из плодов свежих (груши)	150	0,12	0,09	10,58	44,04	409,02
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		630	29,73	29,14	114,76	844,31	
Полдник							
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Компот из плодов сухих (чернослив)	150	0,42	0,12	19,34	82,01	412
Итого за Полдник		170	2,22	2,32	34,14	164,01	
Ужин							
	Салат из редиса с растительным маслом	50	1,15	3,62	1,47	43,32	43
	Жаркое по-домашнему (говядина)	230	38,62	32,36	127,72	959,01	294
	Чай заварка	100	0,28	0,07	0,06		432
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	15	1,13	0,44	7,71	39,3	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин		405	41,86	36,62	140,94	1061,73	
Ужин 2							
	Кефир для питания детей с 8-ми месяцев с м.ж.д 3,2 %	204	5,92	6,53	8,16	120,36	1 002
Итого за Ужин 2		204	5,92	6,53	8,16	120,36	
Итого за день		2 029	103,49	88,25	379,63	2746,83	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 3

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	160	3,06	4,02	15,26	109,42	228,01
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	15	3,48	4,43		54,6	13
	Яйцо куриное диетическое, сваренное в крутую	60	5,08	4,6	0,28	62,8	261
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	5	0,04	3,9	0,05	35,45	14
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	150	4,5	4,8	7,05	90	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1		420	18,34	22,46	36,9	424,77	
Завтрак 2							
	Мандарин (Обычный)	190	1,52	0,38	14,25	72,2	0,1
	Виноград (Сезонный)	190	1,14	1,14	29,26	136,8	6
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
Итого за Завтрак 2		530	3,41	1,67	58,66	278	
Обед							
	Салат из свеклы и яблок с растительным маслом	50	0,79	3,61	9,01	72,61	58
	Щи из капусты свежей на бульоне мясном с мелкошинкованными овощами	200	3,5	2,64	17,62	109,12	101
	Мясо отварное к первому	20	6,01	5,15	0,13	70,84	289
	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	130	9,7	6,28	105,18	518,27	8 012
	Котлеты мясные рубленые, запеченные в соусе молочном	60	16,49	22,42	12,72	319,25	309
	Соус молочный для запекания (овощей, мяса, рыбы)	20	0,72	1,44	1,8	23,11	386
	Компот из плодов сухих (курага)	150	0,93	0,06	18,17	77,69	412
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		665	40,7	42,46	181,46	1276,49	
Полдник							
	Сырники из творога собственного производства	50	9,18	5,19	10,9	128,79	263
	Соус вишневый	20	0,08	0,02	13,06	53,18	400,01
	Компот из плодов быстрозамороженных (ч/смородина)	150	0,09	0,03	9,6	40,53	415,04
Итого за Полдник		220	9,35	5,24	33,56	222,5	
Ужин							
	Икра из кабачков для детского питания промышленного производства	50	0,95	4,45	3,85	59,5	57
	Рис припущенный с овощами	120	2,72	5,04	26,4	162,06	13 034
	Рыба (филе), запеченная под соусом для ДП	60	12	5,72	2,4	109,55	7 062
	Компот из плодов свежих (яблоки)	100	0,12	0,12	8,93	38,05	409
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин		365	18,35	16,19	58,41	454,76	
Ужин 2							
	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2		200	5,8	5	8,4	108	

Итого за день	2 400	95,95	93,02	377,39	2764,52	
---------------	-------	-------	-------	--------	---------	--

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 3

День: воскресенье

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы			
Завтрак 1								
	Каша жидкая на молоке (манная)	160	6,8	8,5	28,85	219,71	228,02	
	Бутерброды с сыром	40	17,27	31,98	28,64	473,18	4	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480	
	Хлеб ржанно-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481	
	Чай зеленый с сахаром	150	0,11	0,03	10,5	41,9	430,02	
Итого за Завтрак 1		380	26,36	41,22	82,25	807,29		
Завтрак 2								
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1	
	Груши	190	0,76	0,57	19,57	89,3	0,1	
Итого за Завтрак 2		340	1,51	0,72	34,72	158,3		
Обед								
	Салат из овощей	50	2,09	3,1	21,22	121,84	63	
	Щи из шпината со сметаной	200	5,1	3,73	37,33	205,31	98	
	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	30	2,54	2,3	0,14	31,4	261	
	Каша ячневая рассыпчатая	70	2,25	1,93	14,67	85	353,02	
	Соус томатный собственного производства	20	0,24	0,8	1,29	13,47	381	
	Птица отварная (цыплята)	60	15,65	15,79	0,2	205,19	341	
	Компот из плодов сухих (чернослив)	150	0,42	0,12	19,34	82,01	412	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480	
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01	
Итого за Обед		635	32,65	30,83	125,82	911,82		
Полдник								
	Лепешки картофельные.	80	7,18	5,28	59,52	315,39	176	
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1	
Итого за Полдник		280	13,18	11,68	68,92	435,39		
Ужин								
	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	50	0,72	3,09	0,97	34,66	33	
	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	50	0,72	3,09	0,97	34,66	33	
	Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	50	0,54	5,08	4,28	65,95	8	
	Пюре картофельное	130	7,75	6,02	78,23	399,83	362	
	Пудинг из говядины	90	22,57	23,8	1,04	308,22	328,01	
	Отвар из шиповника с сахаром	100	0,24	0,1	6,38	31,85	408,01	
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480	
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481	
	Итого за Ужин		505	35,1	42,04	108,7	960,77	
	Ужин 2							
Йогурт		180	7,2	2,7	25,74	162	0,1	
Итого за Ужин 2		180	7,2	2,7	25,74	162		
Итого за день		2 320	116	129,19	446,15	3435,57		

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 4

День: понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Запеканка из творога	110	18,06	11,81	19,38	259,77	267
	Соус молочный сладкий 2	20	0,55	1,12	3,23	25,23	385
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	10	2,32	2,95		36,4	13
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами	20	1,5	0,58	10,28	52,4	13 002
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Чай с лимоном	100	0,1	0,02	7,11	29,12	431
	Итого за Завтрак 1	290	24,1	24,86	50,38	526,22	
Завтрак 2	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Яблоки	190	0,76	0,76	18,62	89,3	6
	Итого за Завтрак 2	340	1,51	0,91	33,77	158,3	
Обед	Салат из кальмаров с перцем сладким и луком с соусом салатным	50	3,65	0,9	1,85	30,07	67
	Рассольник ленинградский на бульоне из птицы	200	5,56	4,1	46,98	248,72	104,01
	Капуста цветная отварная с маслом	100	2,81	4,23	4,71	68,75	7,38
	Птица (цыплята) тушенная с морковью и луком	60	4,81	5,87	2,44	82,04	345
	Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (клюква)	150	0,11	0,05	9,71	41,37	10 027
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Обед	595	19,5	16,01	82,52	556,55	
Полдник	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	150	0,93	0,06	14,42	62,73	412,02
	Итого за Полдник	170	2,73	2,26	29,22	144,73	
Ужин	Салат из огурцов свежих	50	0,39	3,55	0,16	37,4	36
	Запеканка картофельная с мясом отварным	230	34,57	23,76	146,67	941,6	332
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Ужин	515	43,52	34,57	173,06	1184,6	
Ужин 2	Кефир для питания детей с 8-ми месяцев с м.ж.д 3,2 %	204	5,92	6,53	8,16	120,36	1 002
	Итого за Ужин 2	204	5,92	6,53	8,16	120,36	
Итого за день		2 114	97,28	85,14	377,11	2690,76	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 4

День: вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1	Каша вязкая с тыквой (пшено)	160	5,84	6,24	30,99	204,06	222
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Итого за Завтрак 1	450	23,19	21,4	61,75	536,46	
Завтрак 2	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Груши	190	0,76	0,57	19,57	89,3	0,1
Итого за Завтрак 2	340	1,51	0,72	34,72	158,3		
Обед	Огурцы свежие	50	0,35	0,05		5,5	6
	Суп-пюре из цветной капусты	200	4,58	3,38	25,82	152,94	2 057
	Тефтели рыбные	40	3,6	3,2	3,03	55,5	288,01
	Картофель отварной	130	8,32	4,46	88,8	430,44	160
	Соус сметанный с томатом и луком	20	0,68	2,62	1,94	34	389,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	15	1,02	0,2	5,97	30,15	481
	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,18	0,18	13,4	57,08	409
Итого за Обед	625	20,23	14,67	149,24	818,01		
Полдник	Печенье растворимое для ДП	25	2,25	2,75	18,5	102,5	1,01
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник	225	8,25	9,15	27,9	222,5		
Ужин	Икра из кабачков для детского питания промышленного производства	50	0,95	4,45	3,85	59,5	57
	Изделия макаронные группы А отварные	90	3,52	2,59	21,42	123,15	246
	Консервы мясные для питания детей раннего возраста.	100	18	16		216	1
	Фиточай цветочно-плодово-травяной	100			6,49	25,94	10 022
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Итого за Ужин	375	25,03	23,9	48,59	510,19	
Ужин 2	Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
	Итого за Ужин 2	200	5,8	5	8,4	108	
Итого за день	2 215	84,01	74,84	330,6	2353,46		

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 4

День: среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Запеканка рисовая с творогом	130	8,45	6,53	40,04	254,4	236
	Соус клюквенный	25	0,02	0,01	3,69	15,16	400
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Сыр полутвердый для детского (дошк. и шк.) питания с жирн. до 45%	10	2,32	2,95		36,4	13
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Чай зеленый с сахаром	100	0,07	0,02	7	27,93	430,02
Итого за Завтрак 1		305	13,11	18,02	65,09	477,29	
Завтрак 2							
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
	Яблоки	200	0,8	0,8	19,6	94	6
Итого за Завтрак 2		350	1,55	0,95	34,75	163	
Обед							
	Салат из отварной моркови с изюмом с соусом салатным (Сезонный)	50	0,52	0,75	4,61	28,8	55
	Салат из моркови с черносливом и соусом салатным (Обычный)	50	0,8	0,44	8,43	42	1 018
	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне	200	3,32	4,18	19,14	127,9	83
	Картофель тушеный с луком рец.3	130	7,68	4,72	81,29	400,28	8 010
	Гуляш из мяса отварного	90	14,63	15,37	3,54	210,83	299
	Отвар из шиповника с сахаром	100	0,24	0,1	6,38	31,85	408,01
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
Итого за Обед		675	31,55	28,62	155,02	1009,26	
Полдник							
	Лепешки картофельные.	90	8,08	5,94	66,96	354,82	176
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник		290	14,08	12,34	76,36	474,82	
Ужин							
	Салат зеленый с растительным маслом рец. 2/1 (Сезонный)	50	0,72	3,09	0,97	34,66	33
	Салат витаминный с маслом растительным рец.2 (Обычный)	50	0,54	5,08	4,28	65,95	8
	Рагу из птицы	150	15,59	14,19	52,52	401,63	342
	Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	60	5,08	4,6	0,28	62,8	261
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	05	0,38	0,15	2,57	13,1	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Фиточай цветочно-плодово-травяной	150			9,74	38,91	10 022
Итого за Ужин		475	22,99	27,24	74,34	637,15	
Ужин 2							
	Йогурт	180	7,2	2,7	25,74	162	0,1
Итого за Ужин 2		180	7,2	2,7	25,74	162	
Итого за день		2 275	90,48	89,87	431,3	2923,52	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 4

День: четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Каша жидкая на молоке (из хлопьев овсяных)	150	2,87	3,77	14,31	102,59	228,01
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Творожок детский	50	9,1	0,25	7	69	270,01
	Кофейный напиток злаковый на молоке	150	0,9	0,45	7,94	35,33	433
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1		390	15,12	12,98	43,61	350,32	
Завтрак 2							
	Апельсин (Обычный)	190	1,71	0,38	15,39	81,7	6
	Виноград (Сезонный)	190	1,14	1,14	29,26	136,8	6
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
Итого за Завтрак 2		530	3,6	1,67	59,8	287,5	
Обед							
	Салат из помидоров свежих с перцем сладким	50	0,45	4,23	1,72	47,43	40
	Уха ростовская рец. 2	200	11,26	3,66	52,62	290,28	119
	Каша гречневая рассыпчатая	100	5,71	5,39	25,75	174,05	354
	Котлеты рубленые из птицы (индейка)	50	7,83	11,8	6,07	162,16	347
	Соус молочный	30	1,78	3,54	4,42	56,82	384
	Компот из плодов сухих (чернослив)	150	0,42	0,12	19,34	82,01	412
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
Итого за Обед		635	31,81	31,8	141,55	980,35	
Полдник							
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Пирожки печеные из теста дрожжевого с картофелем и луком	50	4,59	2,25	30,43	160,65	476,01
Итого за Полдник		250	10,59	8,65	39,83	280,65	
Ужин							
	Салат из огурцов свежих	50	0,39	3,55	0,16	37,4	36
	Картофель, запеченный с яйцами и помидорами с маслом растительным (рец 3)	130	13,23	10,39	69,02	424,37	198
	Шницель натуральный рубленый (говядина)	70	15,4	16,72	7,35	241,21	304
	Компот из плодов свежих (яблоки)	150	0,18	0,18	13,4	57,08	409
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин		435	31,76	31,7	106,76	845,66	
Ужин 2							
	Кефир детский	204	5,92	6,53	8,16	120,36	439
Итого за Ужин 2		204	5,92	6,53	8,16	120,36	
Итого за день		2 444	98,8	93,33	399,71	2864,84	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 4

День: пятница

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1								
		Каша вязкая на молоке (пшенная)..	160	7,74	9,1	27,65	224,11	221,02
		Бутерброды с сыром	40	17,27	31,98	28,64	473,18	4
		Чай с молоком	100	0,75	0,8	7,16	38,94	432
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1			330	27,94	42,59	77,71	808,73	
Завтрак 2								
		Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
		Банан	200	3	1	42	192	0,1
Итого за Завтрак 2			350	3,75	1,15	57,15	261	
Обед								
		Салат из кальмаров с яблоками	50	6,44	1,74	2,6	52,67	66
		Суп перловый с овощами на отваре овощей	200	1,6	2,8	10,4	74	124
		Картофель отварной рец. № 1	130	8,53	4,45	92,2	444,85	160,01
		Котлеты рыбные любительские	100	13,65	8,08	17,39	196,83	279,01
		Соус сметанный с томатом и луком	20	0,68	2,62	1,94	34	389,01
		Компот из плодов быстрозамороженных витаминизированный (клюква)	150	0,11	0,05	9,71	41,37	10 027
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед			685	33,57	20,6	151,07	929,32	
Полдник								
		Блинчики с натуральной фруктовой начинкой (с ягодами) из п/ф промышленного производства	60	2,84	6,14	14,77	99,29	13 030
		Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
Итого за Полдник			260	8,84	12,54	24,17	219,29	
Ужин								
		Салат картофельный с горошком зеленым с соусом салатным	50	1,41	0,49	11,16	55,8	9
		Капуста тушеная	100	2,44	4,08	10,02	87,97	170
		Пудинг из говядины	70	17,56	18,51	0,81	239,73	328,01
		Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	60	5,08	4,6	0,28	62,8	261
		Чай черный	100	0,1	0,03	0,02		430
		Сахар	5			4,99	19,95	0,1
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин			420	29,15	28,57	44,11	551,85	
Ужин 2								
		Ряженка	200	5,8	5	8,4	108	439
Итого за Ужин 2			200	5,8	5	8,4	108	
Итого за день			2 245	109,05	110,45	362,61	2878,19	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 4

День: суббота

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1							
	Масло коровье сладкосливочное несоленое Масло сладко-сливочное несоленое с м.д.ж. не менее 82,0% (фасованное)	10	0,07	7,8	0,1	70,9	14
	Суфле творожное запеченное рец. 2	130	20,87	13,09	17,64	275,74	267
	Соус вишневый	30	0,12	0,03	19,59	79,78	400,01
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1		400	29,24	28,03	60,99	618,92	
Завтрак 2							
	Мандарин (Обычный)	180	1,44	0,36	13,5	68,4	0,1
	Виноград (Сезонный)	150	0,9	0,9	23,1	108	6
	Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
Итого за Завтрак 2		480	3,09	1,41	51,75	245,4	
Обед							
	Салат овощной с яблоками и перцем сладким.	50	0,48	5,09	2,34	57,87	27
	Суп картофельный с бобовыми (фасоль) на мясном бульоне	200	8,5	3,94	52,08	279,92	115,03
	Изделия макаронные группы А отварные	110	4,3	3,17	26,18	150,52	246
	Гуляш из мяса отварного	100	16,25	17,08	3,93	234,25	299
	Компот из плодов быстрозамороженных (ч/смородина)	150	0,09	0,03	9,6	40,53	415,04
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед		645	32,18	30,17	110,96	848,69	
Полдник							
	Печенье растворимое для ДП	20	1,8	2,2	14,8	82	1,01
	Компот из плодов сухих витаминизированный (курага)	150	0,93	0,06	14,42	62,73	412,02
Итого за Полдник		170	2,73	2,26	29,22	144,73	
Ужин							
	Салат из свеклы и яблок с растительным маслом	50	0,79	3,61	9,01	72,61	58
	Пюре картофельное	130	7,75	6,02	78,23	399,83	362
	Консервы мясные для питания детей раннего возраста.	80	14,4	12,8		172,8	1
	Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
	Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
	Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин		490	31,12	29,54	110,9	837,74	
Ужин 2							
	Йогурт	180	7,2	2,7	25,74	162	0,1
Итого за Ужин 2		180	7,2	2,7	25,74	162	
Итого за день		2 365	105,56	94,11	389,56	2857,48	

Рацион: 1,5-3. Года. Новое

Неделя: 4

День: воскресенье

Прием пищи		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
				Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак 1								
		Каша жидкая на молоке (гречневая)	160	8,42	8,26	32,02	236,29	0,1
		Бутерброды с сыром	25	10,8	19,99	17,9	295,74	4
		Творожок детский	100	18,2	0,5	14	138	270,01
		Кофейный напиток из цикория с молоком	150	3,86	3,84	16,01	112,28	10 019
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	25	1,88	0,73	12,85	65,5	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Завтрак 1			470	43,84	33,45	96,76	867,91	
Завтрак 2								
		Груши	200	0,8	0,6	20,6	94	0,1
		Сок фруктовый или овощной	150	0,75	0,15	15,15	69	0,1
Итого за Завтрак 2			350	1,55	0,75	35,75	163	
Обед								
		Огурцы свежие	60	0,42	0,06		6,6	6
		Щи из шпината со сметаной	200	5,1	3,73	37,33	205,31	98
		Яйцо куриное диетическое, сваренное вкрутую	60	5,08	4,6	0,28	62,8	261
		Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	150	11,19	7,25	121,37	598,01	8 012
		Рыба (филе) припущенная	70	13,6	0,78	0,15	62,23	272
		Отвар из шиповника с сахаром	150	0,36	0,15	9,57	47,78	408,01
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	20	1,5	0,58	10,28	52,4	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Обед			720	37,93	17,28	182,96	1055,23	
Полдник								
		Сырники из творога собственного производства	80	14,68	8,3	17,44	206,06	263
		Молоко ультрапастеризованное обогащенное	200	6	6,4	9,4	120	0,1
		Соус абрикосовый	20	0,11	0,01	13,1	52,98	399
Итого за Полдник			300	20,79	14,71	39,94	379,04	
Ужин								
		Салат картофельный с кальмарами	50	3,5	0,64	17,72	91,59	3
		Рагу из овощей	120	3,3	4	22,56	140,35	175
		Пудинг из говядины	70	17,56	18,51	0,81	239,73	328,01
		Сок фруктовый и/или овощной в т.ч. для питания детей с 3-х лет	100	0,5	0,1	10,1	46	10
		Хлеб из муки пшеничной первого сорта обогащенный витаминами и минералами для ДП	15	1,13	0,44	7,71	39,3	480
		Хлеб ржано-пшеничный обогащенный витаминами и минералами	10	0,68	0,13	3,98	20,1	481
Итого за Ужин			365	26,67	23,82	62,88	577,07	
Ужин 2								
		Кефир для питания детей с 8-ми месяцев с м.ж.д 3,2 %	204	5,92	6,53	8,16	120,36	1 002
Итого за Ужин 2			204	5,92	6,53	8,16	120,36	
Итого за день			2 409	136,7	96,54	426,45	3162,61	

Итого за период	63 824	2801,55	7588,27	10588,74	122577,18	
Среднее значение за период		100,1	271	378,2	4377,8	

Составил _____ Савенкова Жанн

Утвердил _____