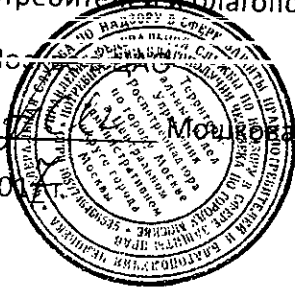


«Согласовано»

Начальник Территориального  
Отдела УФ службы по надзору в сфере  
защиты прав потребителей и благополучия  
человека по г. Мо

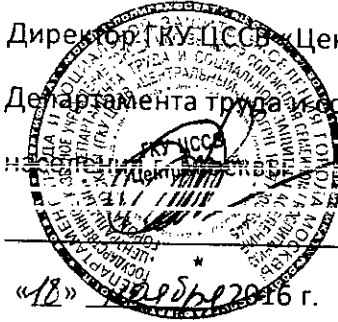


О.Ю.

«10» 01 2016 г.

«Утверждаю»

Директор ГКУ ЦССВ «Центральный»  
Департамента труда и социальной защиты



Телегина Т.Ю.

«18» 01 2016 г.

Рацион питания для детей-сирот и детей оставшихся без попечения родителей  
в возрасте с 1 года до 1,5 лет 14-дневный период.

С 1,0 лет до 1,5 лет Понедельник 1-ый день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
<b>Завтрак</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Каша рисовая молочная	150	2,32	3,96	24,08	141,0		0,015	0,019	4,5	0,34	182
Яйцо отварное 1\2	20	2,54	2,30	0,14	31,5	0	0,06	0,01	11,0	0,5	227
Сыр	5	5,73	11,04	1,10	127	0,10	0,24	0,04	46,4	1,18	229
Кофейный напиток с молоком и сахаром	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	414
<b>Итого за завтрак</b>		<b>15,32</b>	<b>23,7</b>	<b>50,49</b>	<b>478,5</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре из груш	100	0,4	0,4	9,80	44,0	10,0	0,02	0,03	16,0		
Сок фруктовый	150	0,75	-	13,65	57,0	3,0	0,02	0,02	10,5	2,10	418
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,15</b>	<b>0,4</b>	<b>23,45</b>	<b>101,0</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Икра свекольная	50										
Суп овощной со сметаной	150	2,32	3,96	24,08	14,2						
Мясное пюре (говядина) консервированное	80	7,2	0,8	1,92	108,8						
Макаронные изделия отварные	80	2,93	2,24	14,0	88,0	0	0,01	0,02	2,57	0,58	218
Компот из свежих плодов (слива)	100	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	0,004	0,001	23,86	0,93	100
Хлеб ржаной	20	2,0	0,4	11,9	58,4	0	0,1	0	8,7	1,2	
<b>Итого за обед</b>		<b>15,23</b>	<b>8,98</b>	<b>77,32</b>	<b>388,55</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Ватрушка с джемом собственного производства	50	3,07	4,07	26,4	164,99	0,31	0,01	0,05	5,69	0,31	12007
Фруктовое пюре из груш	100	0,4	0,4	9,80	44,0	10,0	0,02	0,03	16,0		
Молоко обогащенное	150	8,3	5,3	5,8	112,2	1,0	0,1	0,3	201,3	0,2	
<b>Итого за полдник</b>		<b>11,77</b>	<b>9,77</b>	<b>42,0</b>	<b>321,19</b>						
<b>УЖИН</b>											
Фрикадельки рыбные отварные	80	10,66	3,0	5,85	93,0	0,18	0,07	0,06	18,9	0,66	279
Пюре картофельное	80	1,63	2,56	10,89	73,6	9,68	0,05	0,07	19,72	0,53	339
Чай с лимоном	100	0,04	0,006	4,73	19,3	0,94	0	0	6,26	0,14	412
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Печенье ДП	20	1,5	1,96	14,88	84,0						
<b>Итого за ужин</b>		<b>16,2</b>	<b>7,82</b>	<b>50,84</b>	<b>341,4</b>						
Смесь кисломолочная «Агуша-2»	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	420
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>65,47</b>	<b>55,67</b>	<b>252,1</b>	<b>1730,64</b>						

с 1,0 лет до 1,5 лет ВТОРНИК. 2-ой день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех.карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Запеканка творожная	50	8,88	6,5	9,18	126,5	0,12	0,13	0,03	74,0	0,40	251
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Каша жидкая на молоке из овсяных хлопьев	150	6,75	9,37	24,51	210,0	13,2	0,21	0,3	169,38	0,97	04030
Чай с молоком	150	2,65	2,33	11,31	77,0	1,19	0,14	0,04	112,0	0,28	413
<b>Итого за завтрак</b>		<b>20,67</b>	<b>18,35</b>	<b>59,54</b>	<b>522,5</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре из яблок	100	0,4	0,4	9,80	44,0	10,0	0,02	0,03	16,0		
Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64,0	3,0	0,02	0,02	10,5	2,10	418
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,15</b>	<b>0,4</b>	<b>24,95</b>	<b>108,0</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Овощное пюре консервированное	50	0,15	3,05	3,4	97,5						
Щи из св.капусты на мяс/ б-не	150	2,77	5,49	3,76	84,85	9,33	0,1	0,075	26,47	3,15	02003
Пудинг из говядины	60	14,45	5,71	0,69	112,0	0,12	0,14	0,04	24,4	1,48	307
Каша гречневая рассыпчатая	80	4,46	4,48	19,76	137,98	0	0,05	0,11	9,9	2,36	08001
Компот из свежих плодов (груши)	100	0,08	0,06	12,04	49,0	1,2	0,006	0,008	11,24	0,67	
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>22,95</b>	<b>19,03</b>	<b>48,51</b>	<b>524,13</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Печенье ДП	20	1,5	1,96	14,88	84,0						
Молоко обогащенное 3,2%	150	4,58	4,08	7,58	85,0	2,05	0,24	0,06	189,6	0,16	419
Фруктовое пюре из яблок	100	0,4	0,4	9,80	44,0	10,0	0,02	0,03	16,0		
<b>Итого за полдник</b>		<b>6,48</b>	<b>6,44</b>	<b>32,26</b>	<b>213,0</b>						
<b>УЖИН</b>											
Пюре из свеклы с черносливом	50	0,45	1,57	4,6	34,4	3,8	0,01	0,01	12,5	0,8	
Тефтели мясные	80										
Овощи в молочном соусе	120	2,63	2,37	0,99	75,0	9,72	0,08	0,2	60,98	0,68	
Компот из черной смородины	100	0,14	0,06	10,7	45,6	12,6	0,004	0,004	9,3	0,2	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>12,98</b>	<b>12,49</b>	<b>40,53</b>	<b>369,0</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	420
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>70,03</b>	<b>61,71</b>	<b>213,79</b>	<b>1836,63</b>						

С 1,0 лет до 1,5 лет СРЕДА . 3-ий день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Сыр	10	2,32	2,95	0	36,0	0,07	0,03	0	87,5	0,1	7
Каша манная молочная с маслом	150	2,6	5,0	19,2	130,0	0	0,03	0,09	14,0	0,8	199
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	414
<b>Итого за завтрак</b>		<b>9,65</b>	<b>14,35</b>	<b>44,37</b>	<b>345,0</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре из груш	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64,0	3,0	0,02	0,02	10,5	2,10	418
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,23</b>	<b>0,48</b>	<b>26,91</b>	<b>116,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Икра кабачковая с яйцом	100	4,0	11,8	7,34	148,4						4а
Суп картофельный с пшенной крупой	150	1,6	1,68	10,2	62,7	4,9	0,03	0,07	15,6	0,78	86
Суфле из отварной птицы	80	10,7	9,96	2,72	129,2	1,57	0,04	0,08	10,83	0,49	07027
Компот сушеных фруктов (курага)	100	0,22	0,006	13,88	56,5	0,2	0,002	0	15,9	0,62	394
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>17,56</b>	<b>23,69</b>	<b>43,0</b>	<b>439,6</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Булочка с изюмом печеная	50	3,11	3,96	28,51	161,0						
Молоко обогащенное	150	4,58	4,08	7,58	85,0	2,05	0,24	0,06	189,6	0,16	419
Фруктовое пюре из груш	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>8,17</b>	<b>8,52</b>	<b>47,85</b>	<b>298,8</b>						
<b>УЖИН</b>											
Пюре овощное консервированное	50	0,15	0,05	3,4	70,5						
Фрикадельки мясные в соусе	120	22,8	12,1	8,96	204,72	1,2	0,2	0,08	18,76	1,72	305,371
Пюре картофельное промышленного производства	80	1,63	2,56	10,89	73,6						
Отвар из шиповника	100	0,26	0,06	7,86	37,86	80,0	0,02	0,006	4,86	0,2	390
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>27,21</b>	<b>15,07</b>	<b>45,6</b>	<b>458,18</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	420
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>69,62</b>	<b>67,11</b>	<b>215,73</b>	<b>1758,38</b>						

С 1,0лет до 1,5лет Четверг . 4-ый день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Пудинг из творога запеченный	50										
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,27	3,9	14,4	108,9	0,65	0,15	0,06	120,8	0,35	100
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	414
<b>Итого за завтрак</b>											
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64,0	3,0	0,02	0,02	10,5	2,10	418
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,23</b>	<b>0,48</b>	<b>26,91</b>	<b>116,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Борщ с мелко шинкованными овощами	150	2,65	7,06	3,15	98,2	5,0	0,09	0,06	26,2	3,27	02061
Пюре мясное консервированное	60	5,1	6,6	1,44	87,0						
Картофельное пюре	80	1,63	2,56	10,89	73,6	9,68	0,05	0,07	19,72	0,53	339
Компот сушеных фруктов (чернослив)	100	0,22	0,006	13,88	56,5	0,2	0,002	0	15,9	0,62	394
Хлеб ржаной	20	1,56	0,36	13,29	64,2	0	0,039	0,045	8,7	1,2	
<b>Итого за обед</b>		<b>11,16</b>	<b>16,59</b>	<b>42,65</b>	<b>379,5</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Ватрушка с сыром собственного производства	50	6,22	6,77	14,64	150,9	0,24	0,07	0,045	110,7	0,42	12008
Молоко обогащенное 3,2%	150	4,58	4,08	7,58	85,0	2,05	0,24	0,06	189,6	0,16	419
Фруктовое пюре	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>11,28</b>	<b>11,33</b>	<b>33,98</b>	<b>288,7</b>						
<b>УЖИН</b>											
Суфле из рыбы	80	10,66	8,9	3,29	122,0	0,26	0,1	0,06	39,0	0,64	284
Пюре из цветной капусты	100	1,66	3,52	2,82	50,5						
Печенье ДП	20	1,5	1,96	14,88	84,0						
Чай с лимоном	100	0,04	0,006	4,73	19,3	0,94	0	0	6,26	0,14	412
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>16,23</b>	<b>14,69</b>	<b>40,21</b>	<b>347,3</b>						
Смесь кисломолочная «Агуша-2»	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	420
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>58,9</b>	<b>60,64</b>	<b>193,07</b>	<b>1564,7</b>						

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	7	0,06	5,08	0,09	46,00		0,008	0,001	1,7	0,01	
Каша гречневая молочная жидкая	150	4,67	4,86	20,94	146	0	0,06	0,11	9,2	2,48	182
Изделие творожное пром. производства (Творожок «Агуша»)	50	4,2	2,25	1,75	44,5						
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	414
<b>Итого за завтрак</b>		<b>13,64</b>	<b>14,49</b>	<b>47,9</b>	<b>378,0</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64,0	3,0	0,02	0,02	10,5	2,10	418
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,23</b>	<b>0,48</b>	<b>26,91</b>	<b>116,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Суп картофельный с овсяной крупой	150	1,67	1,9	9,83	63,75	4,95	0,03	0,08	17,1	0,73	86
Пюре из птицы консервированное	60	5,6	2,84	3,0	58,8						
Овощи в молочном соусе	120	3,3	2,96	13,73	93,7	12,15	0,09	0,24	76,2	0,84	350,368
Компот из кураги и изюма	100	0,22	0,006	13,88	56,5	0,2	0,002	0	15,9	0,62	394
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>11,83</b>	<b>7,94</b>	<b>49,3</b>	<b>315,55</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Фруктовое пюре	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Ватрушка с творогом собственного производства	50	6,64	7,5	23,34	188,2	1,23	0,07	0,07	44,67	0,4	12022
Молоко обогащенное	150	4,58	4,08	7,58	85,0	2,05	0,24	0,06	189,6	0,16	419
<b>Итого за полдник</b>		<b>11,7</b>	<b>12,06</b>	<b>42,68</b>	<b>326,0</b>						
<b>УЖИН</b>											
Запеканка картофельная с отв. мясом	160	15,63	5,72	13,26	196,96	2,48	0,1	0,14	34,56	2,03	07011
Пюре овощное пром. производства	50	0,15	0,05	3,4	70,5						
Напиток из клюквы	100	0,12	0,04	10,48	32,12	26,4	0	0	9,8	0,18	123
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>18,27</b>	<b>6,11</b>	<b>41,63</b>	<b>371,08</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	420
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>62,47</b>	<b>46,08</b>	<b>216,42</b>	<b>1607,43</b>						

С 1,0 лет до 1,5 лет СУББОТА. 6-ой день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
сыр	5	1,6	1,47	-	18,0	0,03	0,015	-	44,0	0,05	
Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,56	5,28	32,55	200,0		0,02	0,15	15,5	1,34	199
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	414
<b>Итого за завтрак</b>		<b>11,89</b>	<b>13,15</b>	<b>57,72</b>	<b>397,0</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64,0	3,0	0,02	0,02	10,5	2,10	418
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,23</b>	<b>0,48</b>	<b>26,91</b>	<b>116,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Яйцо отварное	40	5,08	4,6	0,28	63,0	-	0,18	0,03	22,0	1,0	227
Рассольник «Ленинградский»	150	2,79	6,1	6,51	109,4	4,65	0,09	0,07	18,2	208	82
Голубцы ленивые	160	18,8	12,0	27,0	292,0	26,6	0,13	0,1	80,0	2,17	315
Компот из свежих плодов (слива)	100	0,08	0,08	11,94	48,5	0,8	0,004	0,006	7,49	0,44	390
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>27,79</b>	<b>23,02</b>	<b>54,59</b>	<b>555,7</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Печенье ДП	20	1,5	1,96	14,88	84,0						
Молоко обогащенное	150	4,58	4,08	7,58	85,0	2,05	0,24	0,06	189,6	0,16	419
Фруктовое пюре из груш	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>6,56</b>	<b>6,52</b>	<b>34,22</b>	<b>221,8</b>						
<b>УЖИН</b>											
Суфле из рыбы	80	10,66	8,9	3,29	122,0	0,26	0,10	0,06	39,0	0,64	315
Картофельное пюре промышленного производства	100	2,04	3,2	13,62	91,5						
Чай с молоком	100	0,04	0,006	4,73	19,3	0,94	0	0	6,26	0,14	412
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>15,11</b>	<b>12,4</b>	<b>26,13</b>	<b>304,3</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	420
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>68,38</b>	<b>60,57</b>	<b>207,57</b>	<b>1695,6</b>						

С 1,0 лет до 1,5 лет ВОСКРЕСЕНЬЕ 7-ой день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Изделие творожное промышленного производства (Творожок «Агуша»)	50	4,2	2,25	1,75	44,5						
Каша манная молочная с маслом	150	6,3	8,16	26,5	205,6	13,2	0,19	0,24	162,06	0,37	199
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	414
<b>Итого за завтрак</b>		<b>15,23</b>	<b>16,81</b>	<b>53,42</b>	<b>429,1</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре из яблок	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64,0	3,0	0,02	0,02	10,5	2,10	418
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,23</b>	<b>0,48</b>	<b>26,91</b>	<b>116,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Икра из кабачков с зеленью	50/0,5	0,6	2,35	3,85	39,1	3,75	0,02	0,01	20,0	0,35	57
Суп картофельный	150	1,4	1,69	9,98	60,75	7,2	0,04	0,07	15,5	0,7	83
Пюре мясное консервированное	60	5,1	6,6	1,44	87,0						
Макароны отварные с сыром	80	4,95	5,33	12,11	116,24	0,07	0,03	0,02	55,76	0,6	
Отвар из шиповника	100	0,26	0,06	7,86	37,86	80,0	0,02	0,006	4,86	0,2	390
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>13,35</b>	<b>16,27</b>	<b>44,1</b>	<b>383,75</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Печенье ДП	20	1,66	1,76	15,12	84						12,5А
Молоко обогащенное	150	4,5	4,8	6,3	85,0	5,7	0,02	0,001	172,5	0,07	419
Фруктовое пюре	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>6,64</b>	<b>7,04</b>	<b>33,18</b>	<b>221,8</b>						
<b>УЖИН</b>											
Пюре мясное(телятина) промышленного производства	60	5,1	6,6	1,44	87,0						
Пюре из цветной капусты	150	2,49	5,28	4,23	75,75						
Чай с лимоном	100	0,04	0,006	4,73	19,3	0,94	0	0	6,26	0,14	412
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Печенье ДП	20	1,66	1,76	15,12	84						12,5А
<b>Итого за ужин</b>		<b>11,66</b>	<b>13,94</b>	<b>37,71</b>	<b>337,55</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	420
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>53,91</b>	<b>59,54</b>	<b>203,32</b>	<b>1589,0</b>						



с 1,0 лет до 1,5 лет Понедельник. 8-ой день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех.карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
сыр	5	1,6	1,47	-	18,0	0,03	0,015	-	44,0	0,05	
Каша «Дружба» вязкая	150	6,18	7,96	30,88	220,3	20,2	0,01	0,21	6,73	0,58	
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>12,51</b>	<b>15,83</b>	<b>56,05</b>	<b>417,3</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Пюре фруктовое из яблок	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,75	0	15,15	64,0	3,0	0,02	0,02	10,5	2,10	418
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,23</b>	<b>0,48</b>	<b>26,91</b>	<b>116,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Пюре овощное промышленного производства с р\м	50	0,15	0,05	3,4	70,5						
Суп-пюре из птицы с гречками	150\10	5,7\1,2	7,4\0,6	7,5\7,6	119,25\36,8	0,4	0,09\0,009	0,03\0,03	64,3\3,6	0,5\0,3	
Суфле из отварной птицы	80	10,7	9,96	2,72	129,2	1,57	0,04	0,08	10,83	0,49	07027
Картофельное пюре	80	1,63	2,56	10,89	73,6	9,68	0,05	0,07	19,72	0,53	339
Компот сушеных фруктов (чернослив)	100	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	0,004	0,001	23,86	0,93	
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>20,75</b>	<b>20,82</b>	<b>61,79</b>	<b>556,9</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Печенье ДП	20	1,66	1,76	15,12	84						
Молоко обогащенное	150	4,5	4,8	6,3	85,0	5,7	0,02	0,001	172,5	0,07	
Фруктовое пюре из яблок	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>6,64</b>	<b>7,04</b>	<b>33,18</b>	<b>221,8</b>						
<b>УЖИН</b>											
Пюре морковное	50	0,65	1,68	3,5	31,9	1,9	0,03	0,02	13,4	0,29	
Лепшевик с творогом	150	13,31	11,66	31,20	283,0	0,13	0,17	0,09	99,9	1,28	
Чай с молоком	100	0,04	0,006	4,73	19,3	0,94	0	0	6,26	0,14	412
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>16,37</b>	<b>13,64</b>	<b>53,92</b>	<b>405,7</b>						
Смесь кисломолочная «Агуша-2»	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>63,3</b>	<b>62,81</b>	<b>239,85</b>	<b>1818,5</b>						

С 1,0 лет до 1,5 лет ВТОРНИК. 9-ый день

Наименование блюда	Выход , г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех.карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
сыр	5	1,6	1,47	-	18,0	0,03	0,015	-	44,0	0,05	
Каша жидкая на молоке из овсяных хлопьев	150	4,9	8,2	16,9	162,3	0,67	0,15	0,07	143,1	0,6	
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>11,23</b>	<b>16,07</b>	<b>42,07</b>	<b>359,3</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре	100	0,4	0,4	9,80	44,0	10,0	0,02	0,03	16,0		
Сок фруктовый	150	0,6	-	11,0	75	0,29	0,03	0,001	79,2	0,1	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,0</b>	<b>0,4</b>	<b>20,8</b>	<b>119,0</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Суп картофельный с фасолью	150	2,9	3,6	14,4	100,8	5,1	0,1	0,08	75,5	0,6	
Пюре мясное консервированное	80	7,2	0,8	1,92	108,8		0,18	0,03	55,76	0,64	
Рагу овощное	120	3,0	4,0	11,5	100,8	6,7	0,09	0,07	77,0	0,8	
Компот из свежих плодов (яблоко, груша)	100	0,08	0,08	11,94	48,5	0,8	0,004	0,005	7,49	0,44	
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>14,22</b>	<b>8,72</b>	<b>48,62</b>	<b>401,7</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Ватрушка с джемом собственного производства	50	3,07	4,07	26,4	164,99	0,31	0,01	0,05	5,69	0,31	12007
Молоко обогащенное	150	4,5	4,8	6,3	84	5,7	0,02	0,001	172,5	0,07	
Фруктовое пюре	100	0,4	0,4	9,80	44,0	10,0	0,02	0,03	16,0		
<b>Итого за полдник</b>		<b>7,97</b>	<b>9,27</b>	<b>42,5</b>	<b>292,99</b>						
<b>УЖИН</b>											
Пюре овощное промышленного производства	50	0,15	0,05	3,4	70,5						
Мясное пюре (телятина) промышленного производства	60	5,1	6,6	1,44	87,0						
Каша гречневая рассыпчатая	80	4,5	3,5	21,9	144,2	0	0,05	0,11	7,5	2,4	
Чай с молоком	100	0,04	0,006	4,73	19,3	0,94	0	0	6,26	0,14	412
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>12,16</b>	<b>10,46</b>	<b>46,96</b>	<b>392,5</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>52,38</b>	<b>49,92</b>	<b>208,95</b>	<b>1665,49</b>						

С 1 г до 1,5 лет СРЕДА. 10-ый день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
--------------------	----------	----------	---------	-------------	-------------	-------	--------	--------	--------	--------	--------------

<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Омлет натуральный запеченный	50	4,4	8,49	0,84	97,69	0,07	0,18	0,03	35,69	0,9	
Каша манная молочная с маслом	150	6,3	8,16	26,5	205,6	13,2	0,19	0,24	162,06	0,37	
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>15,43</b>	<b>23,05</b>	<b>52,51</b>	<b>482,29</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,6	-	11,0	75	0,29	0,03	0,001	79,2	0,1	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,08</b>	<b>0,48</b>	<b>22,76</b>	<b>127,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Пюре морковное	50	1,4	4,2	8,5	74,0						
Суп-пюре из разных овощей	150	2,0	1,14	9,81	57,75	7,8	0,08	0,06	39,9	0,73	110
Пюре из птицы промышленного производства	80	7,46	3,78	4,0	78,4						
Макаронные изделия отварные	80	2,93	2,24	14,0	88,0		0,013	0,02	2,57	0,58	
Компот из сушеных фруктов (курага)	100	0,22	0,006	13,88	56,5	0,2	0,002	0	15,9	0,62	394
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>15,05</b>	<b>11,6</b>	<b>59,05</b>	<b>397,45</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Булочка творожная	50	6,54	3,03	24,79	153,0	0,09	0,09	0,07	37,9	0,76	470
Молоко обогащенное	150	4,5	4,8	6,3	85,0	5,7	0,02	0,001	172,5	0,07	
Пюре фруктовое	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>11,52</b>	<b>8,31</b>	<b>42,85</b>	<b>290,8</b>						
<b>УЖИН</b>											
Картофельное пюре промышленного производства	80	1,63	2,56	10,89	73,6	9,68	0,05	0,07	19,72	0,53	
Отвар из шиповника	100	0,4	0,1	11,79	56,8	120,0	0,03	0,009	7,3	0,37	390
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Пюре мясное (телятина) промышленного производства	100	10,0	8,0	2,5	122,0						
<b>Итого за ужин</b>		<b>14,4</b>	<b>10,96</b>	<b>39,67</b>	<b>323,9</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>63,28</b>	<b>59,4</b>	<b>224,84</b>	<b>1721,44</b>						

с 1,0 лет до 1,5 лет Четверг . 11-ый день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
--------------------	----------	----------	---------	-------------	-------------	-------	--------	--------	--------	--------	--------------

<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Изделие творожное пром. производства (Творожок «Агуша»)	50	4,2	2,25	1,75	44,5						
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,86	5,46	14,88	129,84	6,0	0,01	0,21	3,94	12,4	
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>13,79</b>	<b>14,11</b>	<b>41,80</b>	<b>353,34</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре из яблок	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,6	-	11,0	75	0,29	0,03	0,001	79,2	0,1	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,08</b>	<b>0,48</b>	<b>22,76</b>	<b>127,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Суп-пюре гороховый на м.\б-не	150	4,3	1,5	1,68	78,78	0,19	0,01	0,05	10,6	0,17	
Пюре свекольное	50	1,4	4,2	8,5	74,0						
Пудинг из говядины	80	18,81	6,19	0,88	134	0,16	0,17	0,05	30,5	1,89	
Картофельное пюре	80	1,63	2,56	10,89	73,6	9,68	0,05	0,07	19,72	0,53	
Компот из клюквы	100	0,16	0,06	13,1	40,17	33,0	0	0	12,27	0,24	
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>27,34</b>	<b>14,75</b>	<b>43,91</b>	<b>443,35</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Печенье ДП	20	1,66	1,76	15,12	84						
Молоко обогащенное	150	4,5	4,8	6,3	85,0	5,7	0,02	0,001	172,5	0,07	
Фруктовое пюре из яблок	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>6,64</b>	<b>7,04</b>	<b>33,18</b>	<b>221,8</b>						
<b>УЖИН</b>											
Пюре мясное консервированное	60	5,1	6,6	1,44	87,0						
Пюре из цветной капусты	150	2,49	5,28	4,23	75,75						
сыр	5	1,6	1,47	-	18,0	0,03	0,015	-	44,0	0,05	
Чай с сахаром	100	0,04	0,006	4,73	19,3	0,94	0	0	6,26	0,14	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>11,6</b>	<b>13,65</b>	<b>24,89</b>	<b>271,55</b>						
Смесь кисломолочная «Агуша-2»	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>66,25</b>	<b>55,03</b>	<b>174,54</b>	<b>1517,84</b>						

С 1,0 лет до 1,5 лет ПЯТНИЦА. 12-ый день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
--------------------	----------	----------	---------	-------------	-------------	-------	--------	--------	--------	--------	--------------

<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Сыр	5	1,16	1,47	0	18,0	0,03	0,015	0	44,0	0,05	
Каша вязкая пшеничная с маслом	150	5,56	5,28	32,55	200,0		0,02	0,15	15,5	1,34	
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>11,45</b>	<b>13,15</b>	<b>57,72</b>	<b>397,0</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре из груш	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,6	-	11,0	75	0,29	0,03	0,001	79,2	0,1	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,08</b>	<b>0,48</b>	<b>22,76</b>	<b>127,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Пюре овощное промышленного производства	50	1,0	2,0	4,0	40,0						
Суп картофельный с перловый крупой	150	5,7	7,4	7,5	119,25	0,4	0,09	0,03	64,3	0,5	
Пюре мясное (телятина) промышленного производства	60	5,1	6,6	1,44	87,0						
Рис отварной	80	1,94	2,86	19,56	112,0		0,01	0,013	0,72	0,28	
Компот из кураги и изюма	100	0,33	0,015	20,82	84,75	0,3	0,004	0,001	23,86	0,93	
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>15,11</b>	<b>19,11</b>	<b>62,18</b>	<b>485,8</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Запеканка творожная	50	4,2	2,25	1,75	120,0						
Молоко обогащенное	150	4,5	4,8	6,3	84	5,7	0,02	0,001	172,5	0,07	
Фруктовое пюре из груш	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>9,18</b>	<b>7,53</b>	<b>19,81</b>	<b>256,8</b>						
<b>УЖИН</b>											
Пюре из птицы промышленного производства	80	7,46	3,78	4,0	78,4						
Пюре картофельное промышленного производства	80	0,5	2,0	4,0	80,0						
Яйцо отварное 1\2	20	2,54	2,30	0,14	31,5	0	0,06	0,01	11,0	0,5	227
Компот из клюквы	100	0,16	0,06	13,1	40,17	33,0	0	0	12,27	0,24	
Хлеб пшеничный	30	3,16	0,4	19,32	5,3		0,024	0,064	9,2	0,8	
<b>Итого за ужин</b>		<b>13,82</b>	<b>8,54</b>	<b>40,56</b>	<b>235,37</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>56,44</b>	<b>53,81</b>	<b>211,03</b>	<b>1602,77</b>						

С 1,0лет до 1,5 лет СУББОТА. 13-ый день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Изделие творожное промышленного производства (Творожок «Агуша»)	50	4,2	2,25	1,75	44,5				50		
Каша манная молочная с маслом	150	6,3	8,16	26,5	205,6	13,2	0,19	0,24	162,06	0,37	
Кофейный напиток на молоке	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>15,23</b>	<b>16,81</b>	<b>53,42</b>	<b>429,1</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Фруктовое пюре из яблок	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
Сок фруктовый	150	0,6	-	11,0	75	0,29	0,03	0,001	79,2	0,1	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,08</b>	<b>0,48</b>	<b>22,76</b>	<b>127,8</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Икра кабачковая с яйцом	50	2,0	5,9	3,67	74,2						
Борщ с мясом	150	5,93	4,36	8,23	96,0	9,36	0,08	0,07	36,75	1,31	
Пюре мясное (телятина) промышленного производства	60	5,1	6,6	1,44	87,0						
Овощное пюре промышленного производства	100	0,3	0,1	6,8	141,0						
Напиток лимонный	100	0,04	0,004	18,1	69,9	1,42	-	-	9,4	0,21	
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>14,41</b>	<b>17,2</b>	<b>47,1</b>	<b>510,9</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Сыр	5	1,16	1,47	0	18,0	0,03	0,015	0	44,0	0,05	
Молоко обогащенное	150	4,5	4,8	6,3	84	5,7	0,02	0,001	172,5	0,07	
Фруктовое пюре из яблок	120	0,48	0,48	11,76	52,8	12,0	0,02	0,03	19,2		
<b>Итого за полдник</b>		<b>6,14</b>	<b>6,75</b>	<b>18,06</b>	<b>154,8</b>						
<b>УЖИН</b>											
Пюре мясное (телятина) промышленного производства	80	7,2	0,8	1,92	108,8		0,18	0,03	55,76	0,64	
Пюре картофельное промышленного производства	120	2,44	3,84	16,3	110,4						
Чай с сахаром	100	1,76	1,55	7,54	51,3	0,79	0,1	0,02	74,6	0,18	
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>14,56</b>	<b>6,59</b>	<b>45,08</b>	<b>275,8</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>57,22</b>	<b>52,83</b>	<b>194,42</b>	<b>1598,4</b>						

С 1,0 лет до 1,5 лет ВОСКРЕСЕНЬЕ 14-ый день

Наименование блюда	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Эн./ц, ккал	С, мг	В2, мг	В1, мг	Са, мг	Fe, мг	№ тех. карты
<b>ЗАВТРАК</b>											
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
Масло сливочное	5	0,02	4,1	0,05	37,5	0,29			0,5		
Изделие творожное пром. производства (Творожок «Агуша»)	50	4,2	2,25	1,75	44,5				50		
Каша гречневая молочная	150	7,8	7,9	29,4	220,7	11,4	0,07	0,31	7,56	2,35	
Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,0	10,63	70,0	0,98	0,11	0,03	94,3	0,1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>16,73</b>	<b>16,55</b>	<b>56,32</b>	<b>444,2</b>						
<b>Второй завтрак</b>											
Пюре фруктовое из груш	100	0,4	0,4	9,80	44,0	10,0	0,02	0,03	16,0		
Сок фруктовый	150	0,6	-	11,0	75	0,29	0,03	0,001	79,2	0,1	
<b>Итого за второй завтрак</b>		<b>1,0</b>	<b>0,4</b>	<b>20,8</b>	<b>119,0</b>						
<b>ОБЕД</b>											
Икра кабачковая с зеленью	50	0,6	2,35	3,85	39,1	3,75	0,02	0,01	20,0	0,35	
Суп с изделиями макаронными на мясном бульоне	150	2,43	5,47	8,64	92,8	1,84	0,03	0,03	10,0	1,2	
Пудинг из говядины	80	18,81	6,19	0,88	134	0,16	0,17	0,05	30,5	1,89	
Пюре картофельное с морковью	100	1,9	3,08	12,01	83,4	10,4	0,07	0,08	24,9	0,67	
Компот из свежих фруктов (яблок)	100	0,12	0,12	17,91	72,8	1,2	0,006	0,008	11,24	0,67	
Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8		0,026	0,03	5,8	0,4	
<b>Итого за обед</b>		<b>24,9</b>	<b>17,45</b>	<b>52,15</b>	<b>464,9</b>						
<b>ПОЛДНИК</b>											
Печенье ДП	20	1,66	1,76	15,12	84						
Молоко обогащенное	150	4,5	4,8	6,3	85,0	5,7	0,02	0,001	172,5	0,07	
Фруктовое пюре из груш	100	0,4	0,4	9,80	44,0	10,0	0,02	0,03	16,0		
<b>Итого за полдник</b>		<b>6,56</b>	<b>6,96</b>	<b>31,22</b>	<b>213,0</b>						
<b>УЖИН</b>											
Суфле из рыбы	80	11,0	9,0	3,0	122,0						
Пюре из цветной капусты	100	1,66	3,52	2,82	50,5						
Чай с лимоном	100	0,04	0,006	4,73	19,3	0,94	0	0	6,26	0,14	412
Хлеб пшеничный	30	2,37	0,3	14,49	71,50		0,018	0,048	6,9	0,6	
<b>Итого за ужин</b>		<b>15,07</b>	<b>12,82</b>	<b>25,04</b>	<b>263,3</b>						
Кефир 3,2%	200	5,8	5,0	8,0	100,0	1,4	0,34	0,08	240,0	0,2	
<b>Итого за ДЕНЬ</b>		<b>70,06</b>	<b>59,18</b>	<b>193,53</b>	<b>1604,4</b>						