МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД№17"

Т.В. Тимофеева

1 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
		Завтрак																			
2012	206	КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ	160	3,71	2,72	2,80	19,49	114,16	0,00	0,03	0,02	0,01	0,05	14,82	88,02	11,48	0,56	52,30	0,00	0,01	0,02
2008		БАТОН С МАСЛОМ	30/7	9,08	2,43	5,90	14,78	122,19	0,00	0,05	0,02	0,03	0,11	7,61	27,76	10,20	0,61	41,85	1,08	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	2,40	0,18	0,01	10,12	42,46	1,14	0,00	0,01	0,00	0,00	11,78	5,84	4,56	0,50	27,06	0,00	0,00	0,00
2008	14	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	28	17,22	5,90	7,51	0,00	92,64	0,18	0,01	0,08	0,08	0,00	223,96	127,25	8,91	0,25	22,40	0,00	0,01	0,01
Итого за прием пищи:				**32,41**	**11,23**	**16,22**	**44,39**	**371,45**	**1,32**	**0,09**	**0,13**	**0,12**	**0,16**	**258,17**	**248,87**	**35,15**	**1,92**	**143,61**	**1,08**	**0,02**	**0,03**
		II Завтрак																			
2008		СОК	100	5,00	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00	0,01	0,01	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	120,00	1,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**5,00**	**0,50**	**0,10**	**10,10**	**43,00**	**2,00**	**0,01**	**0,01**	**0,00**	**0,00**	**7,00**	**7,00**	**4,00**	**1,40**	**120,00**	**1,00**	**0,00**	**0,00**
		Обед																			
2012		САЛАТ ИЗ РЕПЧАТОГО ЛУКА И ОГУРЦОВ КОНСЕРВИРОВАННЫХ	60	3,18	0,85	2,06	4,70	41,37	2,48	0,02	0,01	0,00	0,00	17,97	31,95	8,44	0,57	113,85	1,71	0,00	0,02
2008	99	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ ГОВЯДИНОЙ, ГОРОХОВЫЙ	200/15	17,59	8,15	11,15	17,89	204,83	5,90	0,24	0,09	0,12	0,00	30,68	104,99	34,04	1,94	586,00	6,39	0,00	0,04
2012	315	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	130	8,05	3,76	5,16	23,98	157,56	0,00	0,04	0,02	0,03	0,09	8,24	28,64	5,14	0,65	43,98	0,53	0,01	0,01
2008	239	КОТЛЕТЫ,БИТОЧКИ,ШНИЦЕЛИ	70	35,25	10,92	23,03	8,14	283,72	0,47	0,24	0,10	0,02	0,18	16,24	112,26	19,02	1,39	229,12	6,60	0,00	0,04
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	7,24	0,49	0,10	24,79	101,67	0,80	0,01	0,01	0,00	0,00	14,67	11,15	4,92	1,26	121,77	1,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**74,31**	**27,48**	**41,94**	**100,70**	**891,13**	**9,65**	**0,64**	**0,27**	**0,17**	**0,27**	**96,80**	**332,49**	**81,06**	**7,81**	**1 162, 72**	**19,03**	**0,01**	**0,11**
		Полдник																			
2008	435	КЕФИР	180	15,48	6,48	5,76	8,46	104,40	1,26	0,07	0,31	0,05	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	262,80	16,20	0,00	0,04
2008		ЗЕФИР	25	6,00	0,20	0,03	19,95	81,50	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	6,25	3,00	1,50	0,35	11,50	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**21,48**	**6,68**	**5,79**	**28,41**	**185,90**	**1,26**	**0,07**	**0,32**	**0,05**	**0,00**	**222,25**	**174,00**	**26,70**	**0,53**	**274,30**	**16,20**	**0,00**	**0,04**
		Ужин																			
2008	35	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	3,62	1,22	5,06	6,45	77,02	11,68	0,02	0,03	0,16	0,00	34,96	22,59	12,21	0,67	134,60	2,32	0,00	0,01
2012	228	ДРАЧЕНА	90	30,43	11,50	15,97	9,46	233,34	0,61	0,07	0,32	0,17	1,40	154,89	185,45	20,10	1,37	271,27	23,49	0,02	0,03
2008		БАТОН	30	4,03	2,80	0,35	17,19	83,30	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	8,05	31,15	11,90	0,70	47,60	1,26	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	14,12	5,13	5,50	14,68	130,24	0,88	0,05	0,18	0,03	0,00	178,49	131,24	25,50	0,43	271,29	15,30	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**52,20**	**20,65**	**26,88**	**47,78**	**523,90**	**13,17**	**0,20**	**0,55**	**0,36**	**1,40**	**376,39**	**370,43**	**69,71**	**3,17**	**724,76**	**42,37**	**0,02**	**0,04**
Всего за день:				**185,40**	**66,54**	**90,93**	**231,38**	**2 015,38**	**27,40**	**1,01**	**1,28**	**0,70**	**1,83**	**960,61**	**1 132, 79**	**216,62**	**14,83**	**2 425, 39**	**79,68**	**0,05**	**0,22**
Сбалансированность:					**1**	**1,4**	**3,5**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД№17" заведующий

2 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	B1, мг	B2, мг	A, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2012	215	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	85	21,33	8,86	11,49	2,72	150,08	0,26	0,04	0,24	0,14	1,39	81,29	129,69	11,50	1,27	158,18	16,58	0,01	0,03
2008		БУТЕРБРОД С МАСЛОМ И СЫРОМ	40/10/10	20,19	4,91	12,60	9,90	173,60	0,04	0,04	0,05	0,10	0,15	114,26	77,70	10,86	0,54	41,46	0,72	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	13,15	4,42	4,66	17,56	130,97	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	159,23	114,35	20,47	0,25	228,68	13,50	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**54,67**	**18,19**	**28,75**	**30,18**	**454,65**	**1,08**	**0,12**	**0,45**	**0,26**	**1,54**	**354,78**	**321,74**	**42,83**	**2,06**	**428,32**	**30,80**	**0,01**	**0,03**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО	100	11,77	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:				**11,77**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	**0,03**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**16,00**	**11,00**	**8,00**	**2,20**	**278,00**	**2,00**	**0,00**	**0,01**
Обед																					
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	2,41	0,95	1,99	5,71	45,22	8,72	0,02	0,02	0,20	0,00	28,53	18,75	10,40	0,54	107,28	1,91	0,00	0,01
2008	77	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200/10/7	27,54	6,61	16,90	9,27	225,86	3,26	0,16	0,08	0,33	0,00	45,45	90,20	25,16	1,25	357,87	8,17	0,00	0,04
2012	321	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	140	13,84	4,70	6,00	25,36	175,05	11,56	0,14	0,16	0,03	0,06	86,07	124,44	36,92	1,34	898,06	13,30	0,00	0,04
2008	287	ТЕФТЕЛИ ИЗ ПЕЧЕНИ С СОУСОМ	80/50	32,66	11,63	6,90	11,05	165,10	8,31	0,13	0,88	3,50	0,13	15,09	179,20	17,32	3,57	217,63	5,66	0,02	0,12
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	7,24	0,49	0,10	24,79	101,67	0,80	0,01	0,01	0,00	0,00	14,67	11,15	4,92	1,26	121,77	1,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**86,69**	**27,69**	**32,33**	**97,38**	**814,88**	**32,65**	**0,55**	**1,19**	**4,06**	**0,19**	**198,81**	**467,24**	**104,22**	**9,96**	**1 770, 61**	**32,84**	**0,02**	**0,21**
Полдник																					
2012	401	КЕФИР	180	15,48	6,29	5,59	8,21	101,27	0,50	0,05	0,21	0,03	0,00	183,60	136,80	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,03
2008	2	БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	40	6,58	2,50	0,30	31,23	137,80	0,13	0,05	0,02	0,00	0,00	10,40	28,95	11,95	0,85	73,05	1,08	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**22,06**	**8,79**	**5,89**	**39,44**	**239,07**	**0,63**	**0,10**	**0,23**	**0,03**	**0,00**	**194,00**	**165,75**	**32,11**	**0,99**	**335,85**	**17,28**	**0,00**	**0,03**
Ужин																					
2008	225	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА СО СМЕТАННОЙ ПОДЛИВОЙ	150/30	68,63	31,03	21,06	18,44	395,17	0,33	0,07	0,34	0,10	0,26	236,07	313,09	33,47	0,89	220,44	2,49	0,04	0,05
2008		БАТОН	30	3,45	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	26,70	10,20	0,60	40,80	1,08	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	1,76	0,17	0,01	3,71	16,59	0,98	0,00	0,01	0,00	0,00	11,02	5,64	4,39	0,49	25,21	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**73,84**	**33,60**	**21,37**	**36,88**	**483,16**	**1,31**	**0,12**	**0,37**	**0,10**	**0,26**	**253,99**	**345,43**	**48,06**	**1,98**	**286,45**	**3,57**	**0,04**	**0,05**
Всего за день:				**249,03**	**88,67**	**88,74**	**213,68**	**2 038,76**	**45,67**	**0,92**	**2,26**	**4,46**	**1,99**	**1 017, 58**	**1 311, 16**	**235,22**	**17,19**	**3 099, 23**	**86,49**	**0,07**	**0,33**
Сбалансированность:					**1**	**1,0**	**2,4**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД№17" заведующий Тимаева

3 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	7,13	3,72	3,37	0,20	45,98	0,00	0,01	0,09	0,06	0,66	14,11	46,37	2,90	0,60	42,27	6,04	0,01	0,01
2008	190	КАША "ДРУЖБА" МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180	12,81	5,42	5,31	19,74	149,50	0,70	0,07	0,15	0,03	0,02	143,19	128,71	26,19	0,45	225,38	12,68	0,00	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/5	16,33	2,48	13,50	14,86	191,08	0,00	0,05	0,03	0,12	0,24	8,82	29,74	10,20	0,63	43,20	1,08	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	11,99	4,00	4,19	16,88	122,24	0,70	0,04	0,14	0,02	0,00	143,93	103,55	18,79	0,23	206,78	12,15	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**48,26**	**15,62**	**26,37**	**51,68**	**508,80**	**1,40**	**0,17**	**0,41**	**0,23**	**0,92**	**310,05**	**308,37**	**58,08**	**1,91**	**517,63**	**31,95**	**0,01**	**0,02**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО	100	12,11	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:				**12,11**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	**0,03**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**16,00**	**11,00**	**8,00**	**2,20**	**278,00**	**2,00**	**0,00**	**0,01**
Обед																					
2012	77	СУП РЫБНЫЙ	200/10	9,81	4,30	1,34	11,05	73,77	2,23	0,05	0,04	0,16	0,00	25,06	87,64	22,05	0,66	245,10	28,71	0,01	0,13
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	180	31,98	9,68	18,13	22,17	291,06	11,05	0,29	0,14	0,24	0,03	24,63	144,55	41,70	2,06	920,87	10,65	0,00	0,07
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	3,42	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,58	0,00	1,64	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**48,21**	**17,29**	**19,91**	**64,10**	**505,51**	**13,28**	**0,43**	**0,22**	**0,40**	**0,03**	**66,27**	**275,69**	**74,89**	**4,72**	**1 234, 82**	**42,16**	**0,01**	**0,20**
Полдник																					
2012	401	КЕФИР	180	15,48	6,29	5,59	8,21	101,27	0,50	0,05	0,21	0,03	0,00	183,60	136,80	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,03
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	3,75	1,82	2,38	18,04	101,12	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	6,53	20,25	4,50	0,47	27,50	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**19,23**	**8,11**	**7,97**	**26,25**	**202,39**	**0,50**	**0,07**	**0,22**	**0,03**	**0,00**	**190,13**	**157,05**	**24,66**	**0,61**	**290,30**	**16,20**	**0,00**	**0,03**
Ужин																					
2008	239	БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	70	46,11	11,66	6,78	20,94	191,66	1,03	0,09	0,09	0,02	0,22	35,76	152,20	33,14	1,13	288,57	72,69	0,02	0,31
2012	336	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	7,38	3,12	5,03	8,51	93,69	31,24	0,04	0,06	0,07	0,00	80,62	53,34	26,73	1,65	334,61	5,49	0,00	0,02
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	6,21	3,21	2,05	19,66	110,16	0,00	0,06	0,03	0,01	0,03	9,44	35,98	13,60	0,80	54,70	1,44	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	2,13	0,17	0,01	9,13	38,26	0,98	0,00	0,01	0,00	0,00	11,12	5,64	4,39	0,49	25,38	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**61,83**	**18,16**	**13,87**	**58,24**	**433,77**	**33,25**	**0,19**	**0,19**	**0,10**	**0,25**	**136,94**	**247,16**	**77,86**	**4,07**	**703,26**	**79,62**	**0,02**	**0,33**
Всего за день:				**189,64**	**59,58**	**68,52**	**210,07**	**1 697,47**	**58,43**	**0,89**	**1,06**	**0,77**	**1,20**	**719,39**	**999,27**	**243,49**	**13,51**	**3 024, 01**	**171,93**	**0,04**	**0,59**
Сбалансированность:					**1**	**1,2**	**3,5**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД №17" заведующий

4 день

Сборник рецептур	№ техноло-гической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергети-ческая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		C, мг	B1, мг	B2, мг	A, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2008	213	ЯИЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,75	2,48	2,25	0,14	30,66	0,00	0,01	0,06	0,04	0,44	9,41	30,92	1,93	0,40	28,18	4,03	0,00	0,01
2012	413	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180	7,81	4,17	4,93	15,85	124,86	0,33	0,08	0,08	0,02	0,03	79,75	105,07	31,32	0,79	158,70	6,87	0,00	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40/10	6,75	2,42	3,68	14,76	102,07	0,00	0,05	0,02	0,03	0,06	7,39	27,48	10,20	0,61	41,42	1,08	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	12,78	4,57	4,87	16,67	130,21	0,78	0,04	0,16	0,02	0,00	158,15	116,84	23,26	0,42	242,18	13,50	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**32,09**	**13,64**	**15,73**	**47,42**	**387,80**	**1,11**	**0,18**	**0,32**	**0,11**	**0,53**	**254,70**	**280,31**	**66,71**	**2,22**	**470,48**	**25,48**	**0,00**	**0,02**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО	100	10,90	0,35	0,35	8,62	41,36	8,80	0,03	0,02	0,01	0,00	14,08	9,68	7,04	1,94	244,64	1,76	0,00	0,01
Итого за прием пищи:				**10,90**	**0,35**	**0,35**	**8,62**	**41,36**	**8,80**	**0,03**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**14,08**	**9,68**	**7,04**	**1,94**	**244,64**	**1,76**	**0,00**	**0,01**
Обед																					
2008	94	СУП ПОЛЕВОЙ С МЯСОМ	200	11,52	4,28	8,13	11,70	137,29	2,35	0,12	0,04	0,16	0,00	20,30	65,31	21,20	0,88	235,89	3,45	0,00	0,03
2008	131	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130	7,15	2,61	1,75	7,13	56,31	25,90	0,04	0,05	0,08	0,03	66,25	44,62	22,32	1,37	279,09	4,58	0,00	0,02
2012	305	КОТЛЕТА МЯСНАЯ	70	33,93	10,88	21,32	8,18	268,80	0,44	0,20	0,16	0,03	0,22	84,66	140,49	21,80	1,15	274,54	12,00	0,00	0,03
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	3,35	0,00	0,00	8,71	34,83	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,56	0,00	1,64	0,00	0,82	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**58,95**	**21,08**	**31,64**	**56,92**	**599,21**	**28,69**	**0,45**	**0,29**	**0,27**	**0,25**	**187,77**	**293,92**	**76,46**	**5,40**	**858,34**	**22,83**	**0,00**	**0,08**
Полдник																					
2008	435	КЕФИР	180	15,48	6,48	5,76	8,46	104,40	1,26	0,07	0,31	0,05	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	262,80	16,20	0,00	0,04
2012	458	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	80	31,21	16,27	14,88	57,98	432,09	0,08	0,12	0,14	0,08	0,37	75,12	149,11	19,80	1,05	158,80	2,96	0,03	0,03
Итого за прием пищи:				**46,69**	**22,75**	**20,64**	**66,44**	**536,49**	**1,34**	**0,19**	**0,45**	**0,13**	**0,37**	**291,12**	**320,11**	**45,00**	**1,23**	**421,60**	**19,16**	**0,03**	**0,07**
Ужин																					
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЛУКОМ	50	2,65	0,86	2,98	5,06	50,52	2,40	0,01	0,02	0,00	0,00	19,33	25,01	10,99	0,71	158,85	3,70	0,00	0,01
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	120	3,69	3,19	2,43	14,42	92,19	0,00	0,08	0,05	0,01	0,03	8,81	70,07	47,65	1,64	99,38	0,86	0,00	0,01
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	50/50	30,78	7,05	6,13	2,78	106,07	4,92	0,08	0,58	2,34	0,00	9,87	100,29	6,47	2,14	116,30	3,12	0,01	0,07
2008		БАТОН	50	4,60	3,20	0,40	19,64	95,20	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	35,60	13,60	0,80	54,40	1,44	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	2,07	0,18	0,01	5,28	23,11	1,14	0,00	0,01	0,00	0,00	11,41	5,84	4,50	0,50	26,89	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**43,79**	**14,48**	**11,95**	**47,18**	**367,09**	**8,46**	**0,23**	**0,68**	**2,35**	**0,03**	**58,62**	**236,81**	**83,21**	**5,79**	**455,82**	**9,12**	**0,01**	**0,09**
Всего за день:				**192,42**	**72,30**	**80,31**	**226,58**	**1 931,95**	**48,40**	**1,08**	**1,76**	**2,87**	**1,18**	**806,29**	**1 140, 83**	**278,42**	**16,58**	**2 450, 88**	**78,35**	**0,04**	**0,27**
Сбалансированность:					**1**	**1,1**	**3,1**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД№17" заведующий
Р-Н. В.Г. Гамаева

5 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2008	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,75	2,48	2,25	0,14	30,66	0,00	0,01	0,06	0,04	0,44	9,41	30,92	1,93	0,40	28,18	4,03	0,00	0,01
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180	13,98	6,56	8,23	29,87	220,44	0,52	0,10	0,14	0,04	0,09	134,15	191,45	29,05	0,79	225,63	9,00	0,01	0,03
2012	1	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	40	12,65	3,25	8,65	19,72	170,00	0,00	0,06	0,03	0,07	0,15	10,40	37,50	13,60	0,82	55,90	1,44	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,11	3,01	3,10	12,57	91,03	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	108,18	78,35	14,87	0,21	155,60	9,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**40,49**	**15,30**	**22,23**	**62,30**	**512,13**	**1,04**	**0,20**	**0,34**	**0,17**	**0,68**	**262,14**	**338,22**	**59,45**	**2,22**	**465,31**	**23,47**	**0,01**	**0,04**
II Завтрак																					
2008		СОК	100	5,00	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00	0,01	0,01	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	120,00	1,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**5,00**	**0,50**	**0,10**	**10,10**	**43,00**	**2,00**	**0,01**	**0,01**	**0,00**	**0,00**	**7,00**	**7,00**	**4,00**	**1,40**	**120,00**	**1,00**	**0,00**	**0,00**
Обед																					
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200/10	11,23	4,56	8,72	8,28	134,69	2,90	0,04	0,05	0,14	0,00	26,08	62,53	15,89	0,73	248,11	3,80	0,00	0,03
2008	331	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	8,03	4,56	4,54	29,10	175,62	0,00	0,05	0,02	0,02	0,08	9,10	34,31	6,20	0,78	53,06	0,64	0,01	0,01
2008		БИТОЧКИ ИЗ КУР	70/14	41,69	19,47	20,52	25,03	363,32	1,38	0,11	0,21	0,08	0,26	101,79	202,55	33,59	2,09	335,94	14,49	0,02	0,08
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	15,09	0,45	0,45	19,84	88,19	4,68	0,03	0,02	0,01	0,00	23,98	11,59	9,97	2,32	326,16	2,34	0,00	0,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**79,04**	**32,35**	**34,67**	**103,45**	**863,80**	**8,96**	**0,32**	**0,34**	**0,25**	**0,34**	**169,95**	**354,48**	**75,15**	**7,92**	**1 031, 27**	**24,07**	**0,03**	**0,13**
Полдник																					
2008	435	КЕФИР	180	15,48	6,48	5,76	8,46	104,40	1,26	0,07	0,31	0,05	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	262,80	16,20	0,00	0,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	3,75	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	7,25	22,50	5,00	0,53	27,50	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**19,23**	**8,36**	**8,21**	**27,06**	**208,65**	**1,26**	**0,09**	**0,32**	**0,05**	**0,00**	**223,25**	**193,50**	**30,20**	**0,71**	**290,30**	**16,20**	**0,00**	**0,04**
Ужин																					
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	70	5,80	0,82	3,50	8,85	71,16	7,22	0,02	0,02	0,23	0,00	22,87	17,10	10,13	0,76	135,95	1,96	0,00	0,01
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	8,57	29,66	23,67	104,98	751,66	63,53	0,16	0,03	0,04	0,22	114,75	338,06	112,55	5,30	16,40	2,04	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	1,87	0,17	0,01	5,25	22,78	0,98	0,00	0,01	0,00	0,00	11,05	5,64	4,39	0,49	25,26	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**16,24**	**30,65**	**27,18**	**119,08**	**845,60**	**71,73**	**0,18**	**0,06**	**0,27**	**0,22**	**148,67**	**360,80**	**127,07**	**6,55**	**177,61**	**4,00**	**0,00**	**0,01**
Всего за день:				**160,00**	**87,16**	**92,39**	**321,99**	**2 473,18**	**84,99**	**0,80**	**1,07**	**0,74**	**1,24**	**811,01**	**1 254, 00**	**295,87**	**18,80**	**2 084, 49**	**68,74**	**0,04**	**0,22**
Сбалансированность:					**1**	**1,1**	**3,7**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД№17" заведующий

6 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2008	184	КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	180	5,37	1,59	4,82	11,20	94,50	0,00	0,03	0,02	0,03	0,09	9,58	34,11	8,16	0,58	33,34	0,00	0,01	0,00
2008		БАТОН С МАСЛОМ	50/10/5	9,29	4,02	4,02	24,58	150,92	0,00	0,08	0,03	0,02	0,07	11,95	45,17	17,00	1,01	68,66	1,80	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	2,26	0,18	0,01	8,19	34,72	1,14	0,00	0,01	0,00	0,00	11,46	5,84	4,50	0,50	26,98	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**16,92**	**5,79**	**8,85**	**43,97**	**280,14**	**1,14**	**0,11**	**0,06**	**0,05**	**0,16**	**32,99**	**85,12**	**29,66**	**2,09**	**128,98**	**1,80**	**0,01**	**0,00**
II Завтрак																					
2008		СОК	100	5,00	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00	0,01	0,01	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	120,00	1,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**5,00**	**0,50**	**0,10**	**10,10**	**43,00**	**2,00**	**0,01**	**0,01**	**0,00**	**0,00**	**7,00**	**7,00**	**4,00**	**1,40**	**120,00**	**1,00**	**0,00**	**0,00**
Обед																					
2012	405	СУП РЫБНЫЙ	200/8	11,30	4,88	5,30	15,27	128,73	3,57	0,07	0,05	0,23	0,00	31,46	105,48	27,74	0,89	340,69	29,69	0,01	0,14
2012	206	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	140	6,83	4,55	3,34	29,09	164,74	0,00	0,05	0,02	0,02	0,05	10,98	34,15	6,60	0,78	52,97	0,64	0,01	0,01
2012	288	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/20	45,47	14,67	32,04	17,97	423,90	0,45	0,28	0,17	0,04	0,22	76,64	167,51	26,26	1,56	330,09	12,58	0,01	0,05
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	12,92	0,98	0,19	36,86	152,48	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	22,05	19,53	8,55	2,52	242,22	2,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**79,52**	**28,39**	**41,31**	**120,39**	**971,83**	**5,62**	**0,51**	**0,30**	**0,29**	**0,27**	**150,13**	**370,17**	**78,65**	**7,75**	**1 033, 97**	**47,71**	**0,03**	**0,20**
Полдник																					
2008	435	КЕФИР	180	15,48	6,48	5,76	8,46	104,40	1,26	0,07	0,31	0,05	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	262,80	16,20	0,00	0,04
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	3,75	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	7,25	22,50	5,00	0,53	27,50	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**19,23**	**8,36**	**8,21**	**27,06**	**208,65**	**1,26**	**0,09**	**0,32**	**0,05**	**0,00**	**223,25**	**193,50**	**30,20**	**0,71**	**290,30**	**16,20**	**0,00**	**0,04**
Ужин																					
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	7,13	3,72	3,37	0,20	45,98	0,00	0,01	0,09	0,06	0,66	14,11	46,37	2,90	0,60	42,27	6,04	0,01	0,01
2012	416	КАША МАННАЯ	200	9,69	5,57	5,73	33,40	206,33	0,23	0,06	0,07	0,03	0,07	60,45	66,23	13,13	0,44	122,52	4,04	0,00	0,01
2008		БАТОН	60	2,30	1,60	0,20	9,82	47,60	0,00	0,03	0,01	0,00	0,00	4,60	17,80	6,80	0,40	27,20	0,72	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	18,04	6,54	7,05	17,92	163,21	1,14	0,06	0,23	0,04	0,00	229,51	167,24	31,10	0,47	344,32	19,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**37,16**	**17,43**	**16,35**	**61,34**	**463,12**	**1,37**	**0,16**	**0,40**	**0,13**	**0,73**	**308,67**	**297,64**	**53,93**	**1,91**	**536,31**	**30,60**	**0,01**	**0,02**
Всего за день:				**157,83**	**60,47**	**74,82**	**262,86**	**1 966,74**	**11,39**	**0,88**	**1,09**	**0,52**	**1,16**	**722,04**	**953,43**	**196,44**	**13,86**	**2 109, 56**	**97,31**	**0,05**	**0,26**
Сбалансированность:					**1**	**1,2**	**4,3**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД№17" заведующий
И.В. Тимаева

7 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Са, мг	Р, мг	Mg, мг	Fe, мг	К, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2012	90	СУП МОЛОЧНЫЙ РИСОВЫЙ	200	14,15	4,77	6,33	14,53	135,39	0,78	0,04	0,16	0,03	0,03	157,90	119,44	21,04	0,21	227,59	13,61	0,00	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ СЫРОМ	25/15/10	22,49	6,52	12,81	19,72	221,37	0,04	0,07	0,06	0,10	0,15	119,23	95,70	17,67	0,94	68,70	1,44	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,17	3,01	3,10	13,35	94,13	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	108,19	78,35	14,87	0,21	155,62	9,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**45,81**	**14,30**	**22,24**	**47,60**	**450,89**	**1,34**	**0,14**	**0,33**	**0,15**	**0,18**	**385,32**	**293,49**	**53,58**	**1,36**	**451,91**	**24,05**	**0,00**	**0,00**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО	100	10,90	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:				**10,90**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	**0,03**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**16,00**	**11,00**	**8,00**	**2,20**	**278,00**	**2,00**	**0,00**	**0,01**
Обед																					
2012		САЛАТ С СОЛЕНЫМИ ОГУРЦАМИ ЛУКОМ	60	2,65	0,40	2,96	1,80	35,95	1,12	0,01	0,01	0,00	0,00	9,00	13,81	4,65	0,27	58,46	0,57	0,00	0,01
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200/10/15	30,02	7,67	16,83	12,35	237,39	8,21	0,18	0,10	0,22	0,03	56,98	110,16	34,94	1,93	531,16	10,73	0,00	0,05
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	11,19	3,47	5,42	17,15	131,91	7,59	0,10	0,12	0,03	0,06	71,45	91,65	25,66	0,89	605,13	9,95	0,00	0,02
2008	261	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	70/50	33,30	16,23	10,36	3,73	192,65	12,48	0,19	1,38	5,63	0,00	13,77	237,54	15,54	5,22	280,84	6,23	0,03	0,17
2012	376	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	4,98	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,58	0,00	1,64	0,00	0,85	0,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**85,14**	**31,08**	**36,01**	**65,91**	**738,58**	**29,40**	**0,57**	**1,65**	**5,88**	**0,09**	**167,78**	**496,66**	**91,93**	**10,31**	**1 544,44**	**30,28**	**0,03**	**0,25**
Полдник																					
2012	401	КЕФИР	180	15,48	6,29	5,59	8,21	101,27	0,50	0,05	0,21	0,03	0,00	183,60	136,80	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,03
2008		ПЕЧЕНЬЕ	25	3,75	1,88	2,45	18,60	104,25	0,00	0,02	0,01	0,00	0,00	7,25	22,50	5,00	0,53	27,50	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**19,23**	**8,17**	**8,04**	**26,81**	**205,52**	**0,50**	**0,07**	**0,22**	**0,03**	**0,00**	**190,85**	**159,30**	**25,16**	**0,67**	**290,30**	**16,20**	**0,00**	**0,03**
Ужин																					
2012	234	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	150	70,15	30,74	18,67	22,15	387,66	0,33	0,07	0,35	0,10	0,27	242,31	315,98	35,24	1,00	257,23	2,40	0,04	0,05
2008		БАТОН	20	4,60	3,20	0,40	19,64	95,20	0,00	0,06	0,02	0,00	0,00	9,20	35,60	13,60	0,80	54,40	1,44	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	1,87	0,17	0,01	5,25	22,78	0,98	0,00	0,01	0,00	0,00	11,05	5,64	4,39	0,49	25,26	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**76,62**	**34,11**	**19,08**	**47,04**	**505,64**	**1,31**	**0,13**	**0,38**	**0,10**	**0,27**	**262,56**	**357,22**	**53,23**	**2,29**	**336,89**	**3,84**	**0,04**	**0,05**
Всего за день:				**237,70**	**88,06**	**85,77**	**197,16**	**1 947,63**	**42,55**	**0,94**	**2,60**	**6,17**	**0,54**	**1 022,51**	**1 317,67**	**231,90**	**16,83**	**2 901,54**	**76,37**	**0,07**	**0,34**
Сбалансированность:					**1**	**1,0**	**2,2**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД№17" заведующий Тимаева

8 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,75	2,48	2,25	0,14	30,66	0,00	0,01	0,06	0,04	0,44	9,41	30,92	1,93	0,40	28,18	4,03	0,00	0,01
2008	184	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180	10,22	6,26	4,88	30,35	190,91	0,47	0,10	0,12	0,02	0,03	123,58	183,67	27,93	0,78	210,49	8,10	0,01	0,03
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	13,11	2,46	10,20	14,83	161,16	0,00	0,05	0,03	0,09	0,18	8,34	28,98	10,20	0,62	42,60	1,08	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,17	3,01	3,10	13,35	94,13	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	108,19	78,35	14,87	0,21	155,62	9,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**37,25**	**14,21**	**20,43**	**58,67**	**476,86**	**0,99**	**0,19**	**0,32**	**0,17**	**0,65**	**249,52**	**321,92**	**54,93**	**2,01**	**436,89**	**22,21**	**0,01**	**0,04**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО	100	12,11	0,40	0,40	9,80	47,00	10,00	0,03	0,02	0,01	0,00	16,00	11,00	8,00	2,20	278,00	2,00	0,00	0,01
Итого за прием пищи:				**12,11**	**0,40**	**0,40**	**9,80**	**47,00**	**10,00**	**0,03**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**16,00**	**11,00**	**8,00**	**2,20**	**278,00**	**2,00**	**0,00**	**0,01**
Обед																					
2012		САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	60	5,24	1,13	2,98	6,67	58,78	9,00	0,02	0,03	0,48	0,00	35,07	25,82	15,28	0,67	135,78	2,62	0,00	0,02
2012	402	РАССОЛЬНИК НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С МЯСОМ И СМЕТАНОЙ	200/10	15,80	4,09	9,95	10,48	150,43	2,44	0,10	0,05	0,25	0,06	26,14	73,20	18,23	0,81	236,91	3,63	0,00	0,03
2012	414	КАША ГРЕЧНЕВАЯ	130	5,39	3,08	4,16	13,88	105,16	0,00	0,08	0,05	0,02	0,06	10,66	68,03	46,00	1,59	95,98	0,83	0,00	0,01
2008	242	ШНИЦЕЛЬ МЯСНОЙ	80	32,24	10,39	21,41	9,04	270,80	0,21	0,20	0,13	0,03	0,22	53,47	121,60	19,70	1,19	234,02	9,42	0,00	0,03
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
2008	401	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ПЛОДОВ	180	3,42	0,00	0,00	9,68	38,70	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	8,67	0,00	1,89	0,00	0,93	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**65,09**	**22,00**	**38,94**	**70,95**	**725,85**	**11,65**	**0,49**	**0,30**	**0,78**	**0,34**	**143,01**	**332,15**	**110,60**	**6,26**	**771,62**	**19,30**	**0,00**	**0,09**
Полдник																					
2012	401	КЕФИР	180	15,48	6,29	5,59	8,21	101,27	0,50	0,05	0,21	0,03	0,00	183,60	136,80	20,16	0,14	262,80	16,20	0,00	0,03
2008		ЗЕФИР	25	6,00	0,20	0,03	19,95	81,50	0,00	0,00	0,01	0,00	0,00	6,25	3,00	1,50	0,35	11,50	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**21,48**	**6,49**	**5,62**	**28,16**	**182,77**	**0,50**	**0,05**	**0,22**	**0,03**	**0,00**	**189,85**	**139,80**	**21,66**	**0,49**	**274,30**	**16,20**	**0,00**	**0,03**
Ужин																					
2008	51	ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	60	5,24	1,47	4,20	9,81	83,49	5,03	0,05	0,04	0,32	0,00	24,07	44,30	20,32	0,93	334,66	4,61	0,00	0,03
2008	239	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ	80	43,46	15,84	2,94	2,45	99,93	0,18	0,09	0,12	0,03	0,22	41,41	218,84	48,39	0,97	407,98	140,40	0,02	0,58
2008		БАТОН	20	3,45	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	26,70	10,20	0,60	40,80	1,08	0,00	0,00
2012	392	ЧАЙ	180	0,81	0,12	0,00	7,02	28,54	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	10,54	4,45	4,10	0,44	15,66	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**52,96**	**19,83**	**7,44**	**34,01**	**283,36**	**5,23**	**0,19**	**0,19**	**0,35**	**0,22**	**82,92**	**294,29**	**83,01**	**2,94**	**799,10**	**146,09**	**0,02**	**0,61**
Всего за день:				**188,89**	**62,93**	**72,83**	**201,59**	**1 715,84**	**28,37**	**0,95**	**1,05**	**1,34**	**1,21**	**681,30**	**1 099, 16**	**278,20**	**13,90**	**2 559, 91**	**205,80**	**0,03**	**0,78**
Сбалансированность:					**1**	**1,2**	**3,2**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД№17" заведующий
И.В. Тимаева

9 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2012	93	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	200	14,70	5,73	7,04	19,07	163,23	0,78	0,05	0,16	0,04	0,04	160,27	120,24	19,91	0,27	239,22	13,50	0,00	0,00
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10	6,21	3,21	2,05	19,66	110,16	0,00	0,06	0,03	0,01	0,03	9,44	35,98	13,60	0,80	54,70	1,44	0,00	0,00
2012	397	КАКАО С МОЛОКОМ	180	8,80	3,17	3,32	12,45	93,37	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	107,11	80,84	17,66	0,38	169,12	9,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**29,71**	**12,11**	**12,41**	**51,18**	**366,76**	**1,30**	**0,14**	**0,30**	**0,07**	**0,07**	**276,82**	**237,06**	**51,17**	**1,45**	**463,04**	**23,94**	**0,00**	**0,00**
II Завтрак																					
2008		ЯБЛОКО	100	14,17	0,46	0,46	11,21	53,77	11,44	0,03	0,02	0,01	0,00	18,30	12,58	9,15	2,52	318,03	2,29	0,00	0,01
Итого за прием пищи:				**14,17**	**0,46**	**0,46**	**11,21**	**53,77**	**11,44**	**0,03**	**0,02**	**0,01**	**0,00**	**18,30**	**12,58**	**9,15**	**2,52**	**318,03**	**2,29**	**0,00**	**0,01**
Обед																					
2012		САЛАТ ИЗ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	60	2,65	0,40	2,96	1,80	35,95	1,12	0,01	0,01	0,00	0,00	9,00	13,81	4,65	0,27	58,46	0,57	0,00	0,01
2012	66	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНОМ БУЛЬОНЕ С МЯСОМ СО СМЕТАНОЙ	200	19,33	4,50	10,66	8,52	153,36	12,81	0,11	0,07	0,19	0,06	49,54	67,74	23,24	1,18	355,97	5,81	0,00	0,03
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	170	33,08	9,38	19,66	19,54	293,16	9,66	0,28	0,13	0,32	0,06	24,76	137,00	39,18	1,93	825,38	9,92	0,00	0,07
2012	382	КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	12,01	0,98	0,19	33,83	140,34	1,60	0,02	0,02	0,00	0,00	20,61	16,76	8,51	2,52	241,62	2,00	0,00	0,00
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**70,07**	**18,57**	**33,91**	**84,89**	**724,79**	**25,19**	**0,51**	**0,27**	**0,51**	**0,12**	**112,91**	**278,81**	**85,08**	**7,90**	**1 549, 43**	**21,10**	**0,00**	**0,11**
Полдник																					
2008	435	КЕФИР	180	15,48	6,48	5,76	8,46	104,40	1,26	0,07	0,31	0,05	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	262,80	16,20	0,00	0,04
2012	2	БУТЕРБРОДЫ ПОВИДЛОМ	40	7,73	3,20	0,39	35,06	156,75	0,05	0,05	0,02	0,00	0,00	11,43	34,07	13,82	0,95	86,65	1,44	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**23,21**	**9,68**	**6,15**	**43,52**	**261,15**	**1,31**	**0,12**	**0,33**	**0,05**	**0,00**	**227,43**	**205,07**	**39,02**	**1,13**	**349,45**	**17,64**	**0,00**	**0,04**
Ужин																					
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	60	2,56	0,83	3,54	4,87	54,61	2,28	0,01	0,02	0,00	0,00	18,98	22,12	11,29	0,72	164,16	3,99	0,00	0,01
2008	451	ПИРОЖКИ ПЕЧЕНЫЕ С КАРТОШКОЙ	100	8,13	6,44	3,27	39,34	212,74	3,30	0,13	0,06	0,03	0,21	24,10	81,08	17,36	1,23	238,60	4,07	0,00	0,01
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,82	0,12	0,00	7,21	29,32	0,02	0,00	0,01	0,00	0,00	10,54	4,45	4,10	0,44	15,67	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**11,51**	**7,39**	**6,81**	**51,42**	**296,67**	**5,60**	**0,14**	**0,09**	**0,03**	**0,21**	**53,62**	**107,65**	**32,75**	**2,39**	**418,43**	**8,06**	**0,00**	**0,02**
Всего за день:				**148,67**	**48,21**	**59,74**	**242,22**	**1 703,14**	**44,84**	**0,94**	**1,01**	**0,67**	**0,40**	**689,08**	**841,17**	**217,17**	**15,39**	**3 098, 38**	**73,03**	**0,00**	**0,18**
Сбалансированность:					**1**	**1,2**	**5,0**														

МБДОУ "ДЕТСКИЙ САД №17" заведующий В. Тимаева

10 день

Сборник рецептур	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины					Минеральные вещества							
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С, мг	В1, мг	В2, мг	А, мг	Д, мкг	Ca, мг	P, мг	Mg, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	Se, мг	F, мг
Завтрак																					
2012	213	ЯЙЦА ВАРЕНЫЕ	40	4,75	2,48	2,25	0,14	30,66	0,00	0,01	0,06	0,04	0,44	9,41	30,92	1,93	0,40	28,18	4,03	0,00	0,01
2012	417	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ С МАСЛОМ	180	12,50	6,17	6,29	26,04	186,27	0,52	0,12	0,12	0,03	0,05	116,45	135,70	34,86	0,91	210,21	10,35	0,00	0,01
2008	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	40	11,50	2,45	8,55	14,81	146,20	0,00	0,05	0,03	0,07	0,15	8,10	28,60	10,20	0,62	42,30	1,08	0,00	0,00
2012	395	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,23	3,01	3,10	14,31	98,00	0,52	0,03	0,11	0,02	0,00	108,21	78,35	14,87	0,21	155,65	9,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**37,98**	**14,11**	**20,19**	**55,30**	**461,13**	**1,04**	**0,21**	**0,32**	**0,16**	**0,64**	**242,17**	**273,57**	**61,86**	**2,14**	**436,34**	**24,46**	**0,00**	**0,02**
II Завтрак																					
2008		СОК	100	5,00	0,50	0,10	10,10	43,00	2,00	0,01	0,01	0,00	0,00	7,00	7,00	4,00	1,40	120,00	1,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**5,00**	**0,50**	**0,10**	**10,10**	**43,00**	**2,00**	**0,01**	**0,01**	**0,00**	**0,00**	**7,00**	**7,00**	**4,00**	**1,40**	**120,00**	**1,00**	**0,00**	**0,00**
Обед																					
2008	41	САЛАТ ВИТАМИННЫЙ	60	5,35	0,70	3,00	6,34	56,02	6,19	0,01	0,02	0,19	0,00	21,24	15,00	8,78	0,67	116,54	1,68	0,00	0,01
2008	106	БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ С О СМЕТАНОЙ	180	6,89	1,34	3,30	7,12	64,80	5,79	0,03	0,04	0,26	0,05	30,27	35,80	16,89	0,88	239,57	4,48	0,00	0,02
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	180	37,83	17,54	23,38	22,91	372,10	1,15	0,07	0,11	0,28	0,03	23,04	164,84	30,84	1,56	233,81	6,40	0,02	0,11
2012	372	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	200	9,18	0,27	0,27	13,47	59,19	2,82	0,02	0,01	0,00	0,00	17,23	6,97	6,62	1,39	196,44	1,41	0,00	0,01
2008		ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,00	3,31	0,44	21,20	101,98	0,00	0,09	0,04	0,00	0,00	9,00	43,50	9,50	2,00	68,00	2,80	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**62,25**	**23,16**	**30,39**	**71,04**	**654,09**	**15,95**	**0,22**	**0,22**	**0,73**	**0,08**	**100,78**	**266,11**	**72,63**	**6,50**	**854,36**	**16,77**	**0,02**	**0,15**
Полдник																					
2008	435	КЕФИР	180	15,48	6,48	5,76	8,46	104,40	1,26	0,07	0,31	0,05	0,00	216,00	171,00	25,20	0,18	262,80	16,20	0,00	0,04
2012	458	БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	90	22,88	13,55	7,19	37,29	269,39	0,08	0,09	0,13	0,04	0,24	70,36	129,36	16,31	0,83	127,93	2,74	0,03	0,02
Итого за прием пищи:				**38,36**	**20,03**	**12,95**	**45,75**	**373,79**	**1,34**	**0,16**	**0,44**	**0,09**	**0,24**	**286,36**	**300,36**	**41,51**	**1,01**	**390,73**	**18,94**	**0,03**	**0,06**
Ужин																					
2008	243	ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ РУБЛЕНЫЕ	70	57,80	13,34	9,97	23,67	237,71	0,71	0,12	0,11	0,04	0,24	25,50	129,68	23,17	1,10	230,02	24,44	0,03	0,17
2012	342	РАГУ ОВОЩНОЕ	130	8,46	1,65	4,06	9,39	85,79	6,39	0,05	0,05	0,35	0,05	30,82	44,79	18,38	0,77	317,71	4,49	0,00	0,02
2008		БАТОН	30	3,45	2,40	0,30	14,73	71,40	0,00	0,05	0,02	0,00	0,00	6,90	26,70	10,20	0,60	40,80	1,08	0,00	0,00
2012	393	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7	2,03	0,17	0,01	7,58	32,07	0,98	0,00	0,01	0,00	0,00	11,09	5,64	4,39	0,49	25,33	0,00	0,00	0,00
Итого за прием пищи:				**71,74**	**17,56**	**14,34**	**55,37**	**426,97**	**8,08**	**0,22**	**0,19**	**0,39**	**0,29**	**74,31**	**206,81**	**56,14**	**2,96**	**613,86**	**30,01**	**0,03**	**0,19**
Всего за день:				**215,33**	**75,36**	**77,97**	**237,56**	**1 958,98**	**28,41**	**0,82**	**1,18**	**1,37**	**1,25**	**710,62**	**1 053, 85**	**236,14**	**14,01**	**2 415, 29**	**91,18**	**0,08**	**0,42**
Сбалансированность:					**1**	**1,0**	**3,2**														