

Прием пищи для детей от 1-3 лет	№	Продукты	Расход сырья в нетто	Белки (г.)	Жиры (г.)	Углеводы (г.)	Энерге- тическая ценность (ккал.)	Кальций	Желе зо	Витамины		
										B1	B2	C
День 1 Завтрак	54-3г-2020	Макароны отварные с сыром	150,0	10,2	9,4	40,7	288,8	278,0	1, 0	0,1	0,1	0
1-3 года	54-2гн- 2020	Чай черный байховый с сахаром	200,0	0 ,2	0	6,4	26,4	5,3	0,84	0	0,02	0,1
		Хлеб с маслом										
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0,0 2	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
	53-19- 2020	Масло сливочное 82,5% м.д.ж	5,0	0,03	3,63	0,04	32 ,9	1,0	0	0	0	0
		Итого за прием	3 80,0	12,2	13,2	59,5	40 4, 6	290,3	2, 1	0,1	0,1	0,1
Второй завтрак		Фрукты свежие . Яблоки	95,0	0,3	0	10, 2	41,1	15,2	2,1	0 ,03	0,02	9,5
		Итого за прием	95,0	0,3	0	10, 2	41,1	15,2	2, 1	0,03	0,02	9,5
Обед	54- 7 з-2020	Салат из свежей капусты	30,0	0, 8	3,0	3,4	43,7	21,0	0,5	0,0 2	0,0 2	19,5
	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150,0	1,33	3,64	7,8	69,3	30,3	1,0	0,06	0,05	15,6
	54-3р-2020	Котлеты рыбные (минтай)	50,0	7,1	1,4	3,7	5 5,3	31,5	1,0	0,05	0,09	0
	54- 11г- 2020	Картофельное пюре	110,0	2,2	5,3	17,6	117,1	33,8	1,1	0,1	0,1	0
	54-7хн - 2020	Компот из смеси сухофруктов	150,0	0, 4	0	17,2	69,6	0,1	0,02	0	0	0
		Хлеб ржаной	20	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
		Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	15,4	13,7	74,3	468,0	128,7	4,2	0,3	0, 3	35,1
Полдник	54-4в-2020	Кекс «Столичный»	50,0	2 ,6	9,3	28,3	207,1	17,0	0,7	0,04	0	0
	Пром.	Напиток кисломолочный «Снежок»	150,0	4,2	3,7	16,4	115,0	242,0	0, 03	0,2	0	0,5
		Итого за прием	200,0	6,8	13,0	44,7	322,1	259,0	0 ,7	0, 2	0	0,5
		Итого за день	1215,0	34,7	40,0	188,5	1235,8	693,2	9,1	0,6	0,4	45,2
День 2	54-1т-2020	Запеканка из творога	150,0	24,2	16,2	22, 5	332,4	251,0	0,8	0,1	0,5	0,8

Завтрак												
	54-7гн-2020	Какао с молоком	200,0	4,56	4,3	12,4	10 6,7	163,0	1,0	0,05	0,18	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0 ,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
		Итого за прием	3 75,0	30,6	20,7	47,3	495,6	420,0	2,1	0,2	0,7	1,8
Второй завтрак	Пром.	Сок яблочный	150,0	0,8	0,2	16,2	73,8	11,2	2,2	0,02	0,02	3,2
		Итого за прием	150,0	0,8	0,2	16,2	73,8	11,2	2,2	0,02	0 ,02	3,2
День 2 Обед	54-15з-2020	Икра свекольная	30,0	0,7	2,1	3, 6	35,9	12,3	0,6	0,03	0,03	5,0
	54-1с-2020	Щи из свежей капусты со сметаной	150 ,0	1,2	4,0	4,3	59,9	33,3	0,4	0,06	0,03	22,3
	54-4м - 2020	Котлеты из говядины	50,0	9,4	8,1	8,0	143,0	34,5	1,4	0,1	0 ,1	0
	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	110,0	6,0	4,8	31,5	191,7	35,8	3,7	0, 3	0,1	0
	54-13хн-2020	Компот из свежих яблок	150,0	0 ,1	0,1	4,1	18,0	5,4	0,7	0	0,01	0
		Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
		Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	21,0	19,5	94,3	557,1	76,3	7,4	0,55	0,3	27,3
Полдник	54-6гн - 2020	Чай с молоком и сахаром	150,0	1,2	1,0	6,5	39,7	49,2	0,6	0,0 1	0 ,1	0, 6
	Пром.	Вафли	50,0	1,2	11,4	26,0	162,0	3,4	0,21	0,02	0	0
		Итого за прием	20 0,0	2,4	12,4	32,5	201,7	52,6	0,8	0,03	0,1	0,6
		Итого за день	1265,0	54,8	52,8	190,3	1328,2	617,1	12,5	0,8	1,1	32,9
День 3 Завтрак	54-19к-2020	Суп молочный с макаронными изделиями	150,0	4,0	4,2	13,6	108,3	143,1	0,3	0,05	0,1	1,1
	54-9 гн-2020	Кофейный напиток на молоке	200,0	3,7	3,5	11 ,1	90,8	128,0	1,2	0,04	0,14	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0 ,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
	Пром.	Повидло яблочное	10,0	0 ,03	0	2,6	9,9	1,1	0,14	0	0	0 ,04
		Итого за прием	385,0	9,5	7,9	39,7	265,5	278,2	1,8	0, 1	0,3	2,1
Второй завтрак	Пром.	Яблоки свежие	95,0	0,3	0	9,9	41,0	15,2	2,1	0,03	0,0 2	9,5

		Итого за прием	95,0	0,3	0	9,9	41,0	15,2	2,1	0,03	0,02	9,5
Обед	54-16з-2020	Винегрет с растительным маслом	30,0	0,5	3,0	2,2	34,6	7, 6	0,5	0, 02	0,02	2,3
	54-6с-2020	Суп с клецками	150,0	4,7	2,4	9,8	50,6	10,2	0,3	0,1	0,1	6,9
	54-5м-2020	Котлеты из курицы	50,0	9,5	2,5	6,0	84,6	22,8	0, 7	0, 1	0,1	0,6
	54-8г-2020	Капуста белокачанная тушеная	50,0	1,0	1,6	4,7	38,2	29,3	0,5	0,03	0,03	27,0
	54-17г-2020	Горох отварной	60,0	13,5	1, 0	34,6	193,8	55,8	4,2	0, 5	0, 1	0
	213(2)	Кисель из плодового концентрата (вишня)	150,0	0,01	0	0,8	41,3	0,75	0	0	0	0
		Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
		Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	32,8	10,9	82,9	558,1	138,4	6,8	0,8	0,4	36,8
Полдник	Пром.	Сок вишневый	150,0	0, 5	0	26,4	108,8	8,0	0, 3	0,0 3	0,06	0
	Пром.	Печенье	50,0	5,2	14,5	38,4	188,0	0	0,04	0,04	0	0
		Итого за прием	200	5, 7	14,5	64,8	296,8	8,0	0, 3	0,1	0,1	0
		Итого за день	1220,0	48,3	33,3	197,3	1161,4	439,8	11,0	1,0	0,8	48,4
День 4 Завтрак	54-18к-2020	Суп молочный с рисом	150,0	3,6	4,2	14,0	107,4	131,2	0,4	0,04	0,1	1,1
	54-7гн - 2020	Какао с молоком	200,0	4,6	4,3	12,4	10 6,7	163,0	1,0	0,05	0,18	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0, 02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
	53-19з-2020	Сыр из твердых сортов	7,0	1,69	2,1	0,02	25,41	70,4	0	0,01	0,02	0
		Итого за прием	382,0	11,7	10,8	38,8	296,0	370,6	1,7	0,2	0,3	2,1
Второй завтрак		Фрукты свежие. Яблоки	95,0	0,3	0	10, 2	41,1	15,2	2,1	0, 03	0,02	9,5
		Итого за прием	95,0	0,3	0	10, 2	41,1	15,2	2, 1	0,03	0,02	9,5
День 4 Обед	54-9з-2020	Салат из белокачанной капусты с морковью и яблоками	30,0	0, 5	3,1	2,0	36,6	12,0	0, 4	0,0 2	0,02	10,0
	54-4с-2020	Рассольник домашний	150,0	1,5	4,0	10,1	50,9	25,0	1,0	0,1	0,1	15,9
	54-3м-2020	Голубцы ленивые	160,0	15,2	10,6	11,1	194,0	61,1	3,2	0, 1	0,2	19,3
	54-6хн - 2020	Компот из изюма	150,0	0, 4	0	20,2	82,3	19,2	0,7	0,0 4	0,03	0

	Пром.	Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	21,2	18,1	68,2	476,8	129,3	5,9	0,3	0,4	45,2
Полдник	Пром.	Напиток кисломолочный. Йогурт	150,0	7,5	2,3	5,3	76,5	242,0	0,2	0	0,2	0,9
	54-1в-2020	Ватрушка творожная	50,0	6,8	12,6	16,1	205,0	61,0	0,4	0,03	0,1	0,2
		Итого за прием	200,0	14,3	14,9	21,4	281,5	353,0	0,6	0,03	0,3	1,1
		Итого за день	1217,0	47,5	43,8	138,6	1095,4	868,1	10,3	0,6	1,0	57,9
День5 Завтрак	54-9к-2020	Каша овсяная молочная	150,0	6,3	9,5	27,6	220,7	120,0	1,5	0,24	0,2	0,6
	54- 9гн-2020	Кофейный напиток на молоке	200,0	3,7	3,5	11,1	90,8	128,0	1,2	0,04	0,14	1,0
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0, 02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
		Итого за прием	375,0	11,8	13,2	51,1	368,0	254,0	3,0	0,3	0,4	1,6
Второй завтрак		Фрукты свежие. Яблоки	95,0	0,3	0	10, 2	41,1	15,2	2,1	0, 03	0,02	9,5
		Итого за прием	95,0	0,3	0	10, 2	41,1	15,2	2, 1	0,03	0,02	9,5
Обед	54-14з-2020	Салат из свеклы с курагой и изюмом	30,0	0,6	1,6	5,5	38,3	16,5	0,8	0,03	0,02	2,5
	54-5с-2020	Суп из овощей с фрикадельками мясными	150,0	6,5	2,6	12,5	98,4	17,0	1,1	0,1	0,08	17,2
	54-8м-2020	Тефтели из говядины паровые	50,0	7,1	5,1	3,8	89,5	11,2	1,1	0,05	0,07	1,4
	54- 9г-2020	Рагу из овощей	110,0	2,2	6,2	12,1	112,1	47,0	0,6	0,1	0,1	22,2
	54-9хн-2020	Кисель из апельсинов	150,0	0,3	0,08	7,9	44,9	14,6	0,1	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	20,3	16,0	66,6	49 6,2	118,3	4,3	0,4	0,3	43,3
Полдник	54-6гн - 2020	Чай с молоком	150,0	1,2	1,0	6,5	39,7	49,2	0,6	0,01	0,1	0,6
	54-1т-2020	Запеканка из творога	50,0	8,1	5,4	7,5	110,8	83,7	0,25	0, 05	0,14	0,25
		Итого за прием	200,0	9,3	6,4	14,0	150,5	132,9	0,85	0,06	0,24	0,85
		Итого за день	1210,0	41,7	35,6	141,9	1055,8	520,4	10,3	0,8	1,0	55,3

День 6 Завтрак	54-4г-2020	Каша гречневая рассыпчатая	130,0	7,1	5,6	36,8	225,7	42,9	4,5	0,3	0,12	0
	54-6о-2020	Яйцо вареное	40,0	4,8	4,1	0,3	56,6	22,0	1,0	0,03	0,18	0
	54-2гн- 2020	Чай черный байховый с сахаром	200,0	0,2	0	6,6	26,4	5,3	0,84	0	0,02	0,1
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
	53-19- 2020	Масло сливочное 82,5% м.д.ж	5,0	0,03	3,63	0,04	32,9	1,0	0	0	0	0
		Итого за прием	400,0	13,9	13,5	56,1	398,1	77,2	6,6	0,37	0,34	0,1
Второй завтрак	Пром.	Сок виноградный	150,0	0,5	0,3	24,5	105,0	30,0	0,6	0,03	0,02	3,0
		Итого за прием	150,0	0,5	0,3	24,5	105,0	30,0	0,6	0,03	0,02	3,0
Обед	54-7з-2020	Салат из белокачанной капусты	30,0	0,8	3,0	3,4	43,7	20,9	0,5	0,02	0,02	18,5
	54-3с-2020	Рассольник «Ленинградский»	150,0	1,3	3,4	10,1	81,7	15,6	0,05	0,03	0,2	9,5
	54-11р- 2020	Тефтели рыбные (минтай)	50,0	6,4	3,9	6,0	85,1	10,1	0	0,05	0,07	1,3
	54-1г-2020	Макароны отварные	110,0	3,6	3,9	25,6	152,0	48,8	0,5	0,07	0,03	0
	54-7хн- 2020	Компот из сухофруктов	150,0	0,4	0	17,2	69,6	0,1	0,02	0	0	0
	Пром.	Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0,4	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	16,1	14,6	87,1	545,1	107,5	1,7	0,22	0,3	29,3
	54-4в-2020	Кекс « Столичный»	50,0	2,6	9,3	28,3	207,1	17,0	0,7	0,04	0	0
	Пром.	Напиток кисломолочный. Снежок	150,0	4,2	3,7	16,4	115,0	242,0	0,03	0,2	0	0,5
		Итого за прием	200,0	6,8	13,0	44,7	322,1	259,0	0,7	0,2	0	0,5
		Итого за день	1290,0	37,3	41,4	212,3	1370,3	473,7	9,6	0,8	0,7	32,9
День 7 Завтрак	54-17к- 2020	Суп молочный с гречневой крупой	170,0	4,7	4,8	14,8	122,1	153,8	1,2	0,1	0,2	1,2
	54-7гн - 2020	Какао с молоком	180,0	4,13	3,9	11,1	96,1	146,7	0,9	0,05	0,2	0,9
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0

	53-19з-2020	Сыр из твердых сортов	7,0	1,69	2,1	0,02	25,4	70,4	0	0,01	0,02	0
		Итого за прием	382,0	12,3	11,0	38,3	300,1	376,9	2,4	0,2	0,4	2,1
Второй завтрак		Фрукты свежие. Яблоки	95,0	0,3	0	10, 2	41,1	15,2	2,1	0 ,03	0,02	9,5
		Итого за прием	95,0	0,3	0	10, 2	41, 1	15,2	2, 1	0,03	0,02	9,5
Обед	54-11з-2020	Салат из моркови с яблоками	30,0	0, 4	3,7	2,7	44,8	14,2	0,5	0,01	0,0 3	2,4
	54-7с-2020	Суп картофельный с макаронными изделиями	150,0	1,9	1,4	15,9	84,0	19,5	0,6	0,1	0,05	12,5
	54-12м-2020	Плов с курицей	160,0	21,7	6,9	28,3	253,8	24,4	10,7	0,09	0,08	4,3
	54-3гн-2020	Чай черный байховый с лимоном и сахаром	150,0	0,2 9	0	5,1	20,9	7,1	0,85	0	0,01	2,2
	Пром.	Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	27,9	12,4	76,8	516 ,5	77,2	13,3	0,26	0,2	21,4
Полдник	Пром.	Печенье	50,0	5,2	14,5	38,4	188,0	0	0,04	0,0 2	0,0 4	0
	Пром.	Сок вишневый	150,0	1,0	0, 3	17,1	76,5	25,5	0, 5	0,0 5	0,0 3	11,1
		Итого за прием	200,0	6, 2	14,8	55,5	264,5	25,5	0,5	0,0 7	0,07	11,1
		Итого за день	1217,0	46,7	38,2	180,8	1122 ,2	494,8	18,3	0,6	0,7	44,1
День 8 Завтрак	54-16к-2020	Каша « Дружба»	170,0	4,2	5,9	20,9	153,1	115,4	0, 6	0,1	0,1	0,6
	54-9гн - 2020	Кофейный напиток с молоком	180,0	3,33	3,15	10,2	81,8	114,9	1,1	0,04	0,14	0,9
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0 ,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
	53-19з-2020	Сыр из твердых сортов	7,0	1,69	2,1	0,02	25,4	70,4	0	0,01	0,02	0
		Итого за прием	382,0	11,0	11,4	43,5	316,8	306,7	2,0	0,19	0, 28	1,5
Второй завтрак	Пром.	Сок персик	150,0	0, 5	0	25,3	103,5	0	0	0,02	0,02	7,5
		Итого за прием	150,0	0,5	0	25,3	103,5	0	0	0,02	0,02	7,5
Обед	543-9з-2020	Салат из белокач. капусты с морковью и яблоком	30,0	0,5	3,1	2,0	36,6	12,1	0,4	0,02	0,02	9,7

	54-10с-2020	Суп крестьянский с крупой(крупя перловая)	150,0	1,45	3,7	8,7	74,1	25,0	0,45	0,05	0,04	0,9
	54-9м-202-	Жаркое по домашнему	160,0	16,3	1 2,7	16,3	244,3	21 ,0	3,0	0,15	0,14	17,0
	54-5хн - 2020	Компот из кураги	150,0	1,3	0	21,4	90,7	44,1	3,3	0,0 3	0,0 6	1,2
	Пром.	Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	23,2	19,9	73,2	558,7	114,2	7,8	0,3	0,3	28,8
Полдник	54-6гн - 2020	Чай с молоком	150,0	1,2	1,0	6,5	39,7	49,2	0,6	0,01	0,1	0,6
	54-4т-2020	Пудинг из творога с яблоками	50,0	6,3	5,0	5,1	91,1	66,7	0,77	0,04	0,13	1,75
		Итого за прием	200,0	7,5	6,0	11,6	130,8	115,9	1,37	0,05	0,23	2,4
		Итого за день	1272,0	42,2	37,3	153,6	1109,8	536,8	11,2	0,6	0, 8	40,2
День 9 Завтрак	54-6к-2020	Каша вязкая молочная пшенная	160,0	6,8	9,2	62,8	233,8	116,8	2,6	0,3	0,1	0, 6
	54- 7 гн - 2020	Какао с молоком	190,0	4, 3	4,13	11,74	101,4	154,7	1,0	0, 1	0,2	1.0
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0 ,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
	53-19з-2020	Сыр из твердых сортов	7,0	1,69	2,1	0,02	25,41	70,4	0	0,01	0,02	0
		Итого за прием	382,0	14,6	15,6	86,9	417,1	347,9	3,9	0, 4	0,3	1,6
Второй завтрак		Фрукты свежие. Яблоки	95,0	0,3	0	10, 2	41,1	15,2	2,1	0 ,03	0,02	9,5
		Итого за прием	95,0	0,3	0	10, 2	41, 1	15, 2	2, 1	0,03	0,02	9,5
Обед	54- 13з - 2020	Салат из свеклы отварной	30,0	0, 4	1,8	2,3	22,9	10,9	0,4	0,01	0 ,0 1	3,0
	54-8с-2020	Суп картофельный с горохом	150,0	5,3	3,4	13,9	106 ,9	25,2	1,5	0,2	0,05	9,5
	54-2м-2020	Гуляш из говядины	50,0	8,7	7,5	2,1	108,1	8,2	1,3	0,1	0,1	1,7
	54-11г-2020	Картофельное пюре	110,0	2,2	4,2	17,4	115,6	33,5	1,1	0,5	0,06	18,6
	270 сб. 2011	Напиток лимонный	150,0	0,13	0	15,7	15,1	0,1	0,01	0,01	0	5,6

	Пром.	Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	20,3	17,3	76,2	481,6	89,9	4 ,9	0,88	0,2	38,4
Полдник	Пром.	Пряники	50,0	2,4	1,4	77 ,7	39,0	0	0	0	0	0
	Пром.	Напиток кисломолочный. Йогурт	150,0	7,5	2,3	5,3	76,5	242,0	0,0 5	0, 2	0, 2	0,9
		Итого за прием	200,0	9,9	3,7	83,0	115,5	242,0	0,0 5	0, 2	0, 2	0,9
		Итого за день	1217,0	45,1	36 ,6	256,3	1055,3	695,0	11,0	1,5	0,7	50,4
День 10 Завтрак	54-10г- 2020	Картофель отварной в молоке	170,0	5,1	6,8	36,2	222,3	83 ,0	1,8	0,24	0, 16	0
	54-9гн - 2020	Кофейный напиток с молоком	180,0	3,33	3,15	10,2	81,8	114,9	1,1	0,04	0,14	0,9
	Пром.	Хлеб ржаной	10,0	0,7	0,1	4,6	21,5	3,0	0,2	0 ,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	15,0	1,1	0,1	7,8	35,0	3,0	0,1	0,02	0,01	0
		Итого за прием	375,0	10,2	10,2	58,8	360,6	203,9	3,2	0,3	0,3	0,9
Второй завтрак	Пром.	Сок яблочный	150,0	0,8	0,2	15,2	69,2	10,5	2,1	0,02	0,02	3,0
		Итого за прием	150,0	0,8	0,2	15,2	69,2	10,5	2, 1	0,02	0,02	3,0
Обед	54-16з- 2020	Винегрет с растительным маслом	30,0	0,5	3,0	2,2	34,6	8,7	0,34	0,02	0,02	2,4
	54-2с-2020	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	150 ,0	1,3	3,64	7,8	69,3	30,3	1,0	0,06	0,05	15,6
	54-17м- 2020	Запеканка картофельная с говядиной	160,0	18,6	16, 6	24,5	313,2	33,4	3,0	0,3	0,2	21,1
	54-7хн- 2020	Компот из сухофруктов	150,0	0,4	0	17,2	69,6	0,1	0,02	0	0	0
	Пром.	Хлеб ржаной	20,0	1,4	0,2	9,2	43,0	6,0	0, 4	0,02	0,01	0
	Пром.	Хлеб пшеничный	30,0	2,2	0,2	15,6	70,0	6,0	0,2	0,04	0,01	0
		Итого за прием	540,0	24,4	23,6	76,5	599,7	84,5	5,0	0,4	0,3	39,1
Полдник	Пром.	Вафли	50,0	1,2	11,4	26,0	162,0	3,4	0,21	0,02	0	0
	54-2гн- 2020	Чай черный с сахаром	150,0	0,1	0	5,6	19,2	3,8	0,6	0	0,01	0,1
		Итого за прием	200,0	1,3	11,4	30,9	182,1	7,2	0,8	0,02	0,01	0,1
		Итого за день	1265,0	36,7	45,4	181 ,4	1211,6	306,1	11,1	0,7	0,6	43,1

Вывод												
Прием пищи для детей от 1-3 лет	№		Расход сырья в нетто	Белки (г.)	Жиры (г.)	Улевод ы (г.)	Энергетическая ценность (ккал.)	Кальций	Железо	Витамины		
										В1(мг)	В2 (мг)	С (мг)
	1	Итого за день	1215,0	34,7	40,0	188,5	1235,8	693,2	9,1	0,6	0,4	45,2
	2	Итого за день	1265,0	54,8	52,8	190,3	1328,2	617,1	12,5	0,8	1, 1	32,9
	3	Итого за день	1220,0	48,3	33,3	197,3	1161,4	439,8	11,0	1,0	0,8	48,4
	4	Итого за день	1217,0	47,5	43,8	138,6	1095,4	868,1	10,3	0,6	1,1	57, 9
	5	Итого за день	1210,0	41,7	35,6	141,9	1055,8	520,4	10,3	0,8	1,0	55,3
	6	Итого за день	1290,0	37,3	41,4	212,3	1370,3	473,7	9,6	0,8	0,7	32 ,9
	7	Итого за день	1217,0	46,7	38,2	180,8	1122,2	494,8	18,3	0,6	0,7	44,1
	8	Итого за день	1272,0	42,2	37,3	153,6	1109,8	536,8	11,2	0,6	0, 8	40,2
	9	Итого за день	1217,0	45,1	36,6	256,3	1055,3	695,0	11,0	1,5	0,7	50,4
	10	Итого за день	1265,0	36,7	45,4	181 ,4	1211,6	306,1	11,1	0,7	0,6	43,1
	За 10 дней	Среднее	1238,0	43,5	40,4	184,1	1174,5	564,5	11,4	0,8	0,8	45,0
	За 8-10 часов пребывания	Норма 70% не менее (завтрак,2 завтрак,обед,полдник)	1100+хлеб75=1175	29,4	32,9	142,1	980,0	560,0	7,0	0,56	0,63	31,5
	Суточная	Норма100% не менее	1600+хлеб100=1700	42,0	47,0	203,0	1400,0	800,0	10,0	0,8	0,9	45,0
		Норма 30% не менее (ужин,2 ужин)	500+хлеб25=525	12,6	14,1	60,9	420,0	240,0	3,0	0,24	0,27	13,5

С учетом режима работы сокращенного дня 8-10 часового пребывания-завтрак , второй завтрак, обед, полдник . Нам нужно брать70%. А 30% остаются на ужин и второй ужин.