

День: 1  
 Неделя: 1  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
0,25	Батон нарезной		26	1,976	0,234	12,142	59,705	0,042	0,016		5,98	0,494	
17,3	Суп молочный с крупой (геркулес)		150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17	
34	Чай с молоком		150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89	Сборник рецептур изд 2011 (№ 394)
	<b>Итого:</b>		<b>326</b>	<b>6,176</b>	<b>4,634</b>	<b>35,542</b>	<b>210,705</b>	<b>0,102</b>	<b>0,246</b>	<b>1,2</b>	<b>227,01</b>	<b>1,554</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,29	Яблоко		95	0,038	0,038	9,31	40,546	0,028	0,019	156,75	15,2	2,09	Сборник рецептур изд 2011 (№ 368)
	<b>Итого:</b>		<b>95</b>	<b>0,038</b>	<b>0,038</b>	<b>9,31</b>	<b>40,546</b>	<b>0,028</b>	<b>0,019</b>	<b>156,75</b>	<b>15,2</b>	<b>2,09</b>	
	<b>Обед</b>												
0,01	Соль		4								14,72	0,116	
83,1	Суп из овощей		130	0,953	2,6	5,72	50,873	0,035	0,026	4,619	13,156	0,399	Сборник рецептур 2004 (№ 135)
0,13	Сметана в суп		5	0,15	0,5	0,15	5,65			0,033	4,5		
222	Зелень в суп		2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н)
	Лавровый лист		1										
309,2	Огурцы консервированные порциями		20	0,135	0,019	0,325	2	0,004	0,004	1	4,6	0,12	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н)
227,1	Плов из отварной говядины		180	11,7	12,96	34,5	301,6	0,1		6,12	26,9	2,48	Сборник рецептур 2004 (№ 443)
128	Компот из смеси сухофруктов		150	1,1		33,4	131,04	0,01	0,06	1,87	43,42	1,17	Сборник рецептур 2011 (№ 376)
0,1	Хлеб пшеничный		33	2,904	0,528	15,048	77,88	0,077	0,033		15,4	1,716	
	<b>Итого:</b>		<b>525</b>	<b>16,992</b>	<b>16,617</b>	<b>89,223</b>	<b>569,643</b>	<b>0,226</b>	<b>0,133</b>	<b>18,643</b>	<b>133,846</b>	<b>6,081</b>	
	<b>Полдник</b>												
37,1	Молоко кипячённое		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	Сборник рецептур изд 2011 (№ 400)
302,1	Сырная палочка		50	6,14	18,31	24,91	289,2	0,069	0,069	0,11	97,22	0,589	
	<b>Итого:</b>		<b>200</b>	<b>10,04</b>	<b>22,31</b>	<b>32,01</b>	<b>367</b>	<b>0,109</b>	<b>0,229</b>	<b>0,89</b>	<b>250,6</b>	<b>0,659</b>	
	<b>Ужин</b>												
163,1	Капуста тушённая		100	3,167	2,75	12,917	78,333	0,042	0,05	26,483	65,35	0,983	Сборник рецептур изд 2011 (№ 336)
0,3	Яйцо отварное		60	6,26	5,67	0,345	77,45	0,004	0,017				Сборник рецептур изд 2011 (№ 213)
273,4	Напиток лимонный		150	0,34		16,99	69,75	0,004		3,99	4,395	0,101	Сборник рецептур 2004 (№ 699)
0,53	Хлеб «8 злаков»		23	3,071	0,972	9,971	60,95	0,063	0,029	0,023	23,69	0,575	
	<b>Итого:</b>		<b>333</b>	<b>12,837</b>	<b>9,392</b>	<b>40,222</b>	<b>286,483</b>	<b>0,113</b>	<b>0,096</b>	<b>30,496</b>	<b>93,435</b>	<b>1,659</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 479</b>	<b>46,083</b>	<b>52,99</b>	<b>206,307</b>	<b>1 474,377</b>	<b>0,577</b>	<b>0,722</b>	<b>207,979</b>	<b>720,091</b>	<b>12,043</b>	

Стоимость рациона: 381,24 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Дехканова Х. О.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.

День: 2  
 Неделя: 1  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		B1	B2	C	Ca	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
268	Бутерброды с маслом		5/27,5	2,31	7,119	13,785	128,229	0,047	0,028		8,769	0,585	Сборник рецептур изд 2011 (№ 1)
25,2	Залепанка из творога		106	21,062	3,519	17,532	179,522	0,053	0,223	0,244	127,105	0,572	
182,3	Соус сладкий		20	1,44	1,7	11,1	65,6	0,035	0,076	0,2	61,4	0,04	
32,1	Чай		150	0,6	0,2	0,1	4,2		0,03	0,3	14,84	2,46	
	<b>Итого:</b>		<b>308,5</b>	<b>25,412</b>	<b>12,538</b>	<b>42,517</b>	<b>377,55</b>	<b>0,135</b>	<b>0,357</b>	<b>0,744</b>	<b>212,113</b>	<b>3,657</b>	
	<b>Обед</b>												
0,01	Соль		3								11,04	0,087	
	<b>Итого:</b>		<b>3</b>								<b>11,04</b>	<b>0,087</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,02	Бананы		92	1,38	0,092	19,32	80,316	0,037	0,092	9,2	7,36	1,104	
	<b>Итого:</b>		<b>92</b>	<b>1,38</b>	<b>0,092</b>	<b>19,32</b>	<b>80,316</b>	<b>0,037</b>	<b>0,092</b>	<b>9,2</b>	<b>7,36</b>	<b>1,104</b>	
	<b>Обед</b>												
79,1	Рассольник домашний		129	1,204	2,666	7,482	59,77	0,043	0,034	5,667	15,454	0,525	
220,1	Мясо для супа (говядина)		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
0,13	Сметана в суп		1	0,03	0,1	0,03	1,13			0,007	0,9		
222	Зелень в суп		1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н)
	Лавровый лист		1										
214,1	Перец сладкий свежий порциями		40	0,5		2,1	10,2	0,04	0,03	100	3,2	0,24	
104,1	Картофельное пюре		110	2,332	2,992	15,389	101,937	0,095	0,08	7,927	27,159	0,803	
474	Хлебцы рыбные паровые (из горбуши)		59	11,023	8,329	3,245	131,767	0,167	32,471	0,718	36,55	0,865	
123,1	Компот из свежих плодов (яблок)		150	0,6	0,4	30,004	119,14	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71	Сборник рецептур 2011 (№ 372)
0,09	Хлеб ржаной		27	1,782	0,324	9,234	47,81	0,047	0,02		9,45	1,053	
	<b>Итого:</b>		<b>538</b>	<b>22,696</b>	<b>18,216</b>	<b>67,524</b>	<b>523,454</b>	<b>0,412</b>	<b>32,681</b>	<b>166,318</b>	<b>109,449</b>	<b>4,536</b>	
	<b>Полдник</b>												
281,1	Ряженка		142	4,118	3,55	5,964	71,947	0,028	0,019	0,426	176,08	0,142	Сборник рецептур изд 2011 (№ 401)
0,14	Печенье		15	1,68	2,655	16,74	97,69	0,017	0,012		6,52	0,472	
	<b>Итого:</b>		<b>157</b>	<b>5,798</b>	<b>6,205</b>	<b>22,704</b>	<b>169,637</b>	<b>0,045</b>	<b>0,031</b>	<b>0,426</b>	<b>182,6</b>	<b>0,614</b>	
	<b>Ужин</b>												
252,3	Рагу овощное (3-й вариант)		150	2,23	6,13	13,78	118,8	0,11	0,11	28,81	35,06	1,1	Сборник рецептур изд 2011 (№ 137)
0,44	Сок фруктовый 0,2		150	0,75	0,15	20,7	80,46	0,03	0,015	3	30	0,6	
0,1	Хлеб пшеничный		27	2,376	0,432	12,312	63,72	0,063	0,027		12,6	1,404	
	<b>Итого:</b>		<b>327</b>	<b>5,356</b>	<b>6,712</b>	<b>46,792</b>	<b>262,98</b>	<b>0,203</b>	<b>0,152</b>	<b>31,81</b>	<b>77,66</b>	<b>3,104</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 425,5</b>	<b>60,642</b>	<b>43,763</b>	<b>198,857</b>	<b>1 413,937</b>	<b>0,833</b>	<b>33,312</b>	<b>208,498</b>	<b>600,222</b>	<b>13,102</b>	

Стоимость рациона: 555,61 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Дехканова Х. О.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.

День: 3  
 Неделя: 1  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
100,2	Бутерброд с сыром		25,097/6,028	4,34	5,675	12,538	118,833	0,043	0,052	0,06	93,086	0,586	Сборник рецептур изд 2011 (№ 3)
7,1	Каша пшеничная молочная		150	8,7	4,1	38,1	227,4	0,14	0,18	0,7	139,45	1,99	Сборник рецептур изд 2011 (№ 185)
36	Какао на молоке		150	5,09	5,91	17,314	139,25	0,06	0,24	1,95	182,33	0,68	
	<b>Итого:</b>		<b>331,125</b>	<b>18,13</b>	<b>15,685</b>	<b>67,952</b>	<b>485,483</b>	<b>0,243</b>	<b>0,472</b>	<b>2,71</b>	<b>414,866</b>	<b>3,256</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,21	Мандарины		91	0,728	0,182	6,825	34,58	0,055	0,027	34,58	31,85	0,091	
	<b>Итого:</b>		<b>91</b>	<b>0,728</b>	<b>0,182</b>	<b>6,825</b>	<b>34,58</b>	<b>0,055</b>	<b>0,027</b>	<b>34,58</b>	<b>31,85</b>	<b>0,091</b>	
	<b>Обед</b>												
0,01	Соль		3								11,04	0,087	
86,1	Суп картофельный с бобовыми		150	3,3	3,2	11,1	89	0,08	0,04	2,99	26,6	1,03	Сборник рецептур изд 2011 (№ 81)
220,1	Мясо для супа (говядина)		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
222	Зелень в суп		1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н)
22,1	Пюре из моркови		110	1,467	0,88	6,82	42,46	0,037	0,051	1,423	40,964	0,513	
117,1	Суфле из кур		60	9,42	8,8	2,47	126,43	0,03	0,1	0,07	26,17	0,86	
275	Компот из консервированных плодов		108	0,086		16,56	67,176	0,009	0,017	1,296	4,536	0,238	Сборник рецептур изд 2011 (№ 377)
0,09	Хлеб ржаной		32	2,112	0,384	10,944	56,664	0,056	0,024		11,2	1,248	
	<b>Итого:</b>		<b>484</b>	<b>21,61</b>	<b>16,669</b>	<b>47,934</b>	<b>433,43</b>	<b>0,221</b>	<b>0,268</b>	<b>8,279</b>	<b>132,085</b>	<b>4,316</b>	
	<b>Полдник</b>												
37,1	Молоко кипячённое		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	Сборник рецептур изд 2011 (№ 400)
334	Плюшка Новомосковская		60	4,1	3,6	32,65	180	0,086		0,031	18,1	0,66	ТТК (№ 334)
	<b>Итого:</b>		<b>210</b>	<b>8</b>	<b>7,6</b>	<b>39,75</b>	<b>257,8</b>	<b>0,126</b>	<b>0,16</b>	<b>0,811</b>	<b>171,48</b>	<b>0,73</b>	
	<b>Ужин</b>												
246,1	Рыба минтай запеченная с картофелем по – русски		150	16,9	12,68	8,31	215,25	0,225		10,125	40,68	1,252	
215,1	Огурцы свежие порциями		45	0,338	0,045	0,9	5,063	0,011	0,011	3,15	7,65	0,225	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н)
139,1	Напиток клюквенный		150	0,1		15,706	59,36			2,81	2,98	0,17	Сборник рецептур 2004 (№ 700)
0,1	Хлеб пшеничный		27	2,376	0,432	12,312	63,72	0,063	0,027		12,6	1,404	
	<b>Итого:</b>		<b>372</b>	<b>19,714</b>	<b>13,157</b>	<b>37,228</b>	<b>343,393</b>	<b>0,299</b>	<b>0,038</b>	<b>16,085</b>	<b>63,91</b>	<b>3,051</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 488,125</b>	<b>68,182</b>	<b>53,293</b>	<b>199,689</b>	<b>1 554,686</b>	<b>0,944</b>	<b>0,964</b>	<b>62,465</b>	<b>814,191</b>	<b>11,443</b>	

Стоимость рациона: 314,98 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Деханова Х. О.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.

День: 4  
 Неделя: 1  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
268	Бутерброды с маслом		5/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	Сборник рецептур изд 2011 (№ 1)
15,1	Омлет натуральный		60	6	6,2	1,2	84	0,03	0,17	0,09	41	0,96	Сборник рецептур изд 2011 (№ 215)
271,1	Консервированная кукуруза порциями		40	0,744	0,15	5,621	216,66	0,008	0,008	1,92	2	0,16	
35,1	Кофейный напиток		179	2,267	1,432	12,783	69,118	0,06	0,227	1,038	213,44	0,525	Сборник рецептур 2011 (№ 395)
	<b>Итого:</b>		<b>314</b>	<b>11,461</b>	<b>15,332</b>	<b>34,224</b>	<b>505,778</b>	<b>0,148</b>	<b>0,435</b>	<b>3,048</b>	<b>265,74</b>	<b>2,265</b>	
	<b>Завтрак 2 ой</b>												
0,23	Груша		95	0,38	0,028	9,025	38,522	0,019	0,028	4,75	18,05	2,185	Сборник рецептур изд 2011 (№ 368)
	<b>Итого:</b>		<b>95</b>	<b>0,38</b>	<b>0,028</b>	<b>9,025</b>	<b>38,522</b>	<b>0,019</b>	<b>0,028</b>	<b>4,75</b>	<b>18,05</b>	<b>2,185</b>	
	<b>Обед</b>												
0,01	Соль		3								11,04	0,087	
66,1	Борщ с капустой и картофелем		150	1,33	3,02	9,29	70,31	0,04	0,04	4,45	19,07	0,77	Сборник рецептур изд 2011 (№ 57)
239,1	Мясо для супа (куры)		31	24,738	23,653	0,295	312,48	0,14		3,503	36,72	2,17	
0,13	Сметана в суп		4	0,12	0,4	0,12	4,52			0,027	3,6		
222	Зелень в суп		3	0,078	0,018	0,12	0,9		0,006	3	6,69	0,048	Сборник рецептур 1996 (№ б/н)
	Лавровый лист		1										
204,1	Гречка рассыпчатая		110	6,611	1,716	33,429	158,477	0,176	0,095		14,333	3,366	Сборник рецептур изд 2011 (№ 313)
119,1	Гуляш из отварной говядины		60	14,5	4,31	2,95	107,18	0,07	0,13	1,02	13,76	1,35	
216,1	Помидоры свежие порциями		42	0,42	0,105	1,575	8,715	0,021	0,021	10,5	5,88	0,378	
273,5	Напиток апельсиновый		150	0,14	0,03	14,19	58,37	0,01		9	5,64	0,1	Сборник рецептур 2004 (№ 699)
0,09	Хлеб ржаной		40	2,64	0,48	13,68	70,83	0,07	0,03		14	1,56	
	<b>Итого:</b>		<b>594</b>	<b>50,577</b>	<b>33,732</b>	<b>75,649</b>	<b>791,782</b>	<b>0,527</b>	<b>0,322</b>	<b>31,5</b>	<b>130,733</b>	<b>9,829</b>	
	<b>Полдник</b>												
0,4	Пряники		23	1,932	3,053	19,251	112,344	0,02	0,014		7,498	0,543	
37,1	Молоко кипячённое		149	3,874	3,973	7,053	77,281	0,04	0,159	0,775	152,357	0,07	Сборник рецептур изд 2011 (№ 400)
	<b>Итого:</b>		<b>172</b>	<b>5,806</b>	<b>7,027</b>	<b>26,304</b>	<b>189,625</b>	<b>0,059</b>	<b>0,173</b>	<b>0,775</b>	<b>159,855</b>	<b>0,612</b>	
	<b>Ужин</b>												
180,1	Вареники ленивые		118	14,553	14,022	20,611	267,565	0,059	0,236	0,197	128,699	0,767	Сборник рецептур изд 2011 (№ 229,230)
183	Соус сметанный		25	0,4	0,5	1,4	12,1		0,01	0,01	5,52	0,04	Сборник рецептур изд 2011 (№ 354)
32,1	Чай		150	0,6	0,2	0,1	4,2		0,03	0,3	14,84	2,46	
0,1	Хлеб пшеничный		20	1,76	0,32	9,12	47,2	0,047	0,02		9,333	1,04	
	<b>Итого:</b>		<b>313</b>	<b>17,313</b>	<b>15,042</b>	<b>31,231</b>	<b>331,065</b>	<b>0,106</b>	<b>0,296</b>	<b>0,507</b>	<b>158,392</b>	<b>4,307</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 488</b>	<b>85,538</b>	<b>71,161</b>	<b>176,432</b>	<b>1 856,772</b>	<b>0,858</b>	<b>1,253</b>	<b>40,579</b>	<b>732,77</b>	<b>19,198</b>	

Стоимость рациона: 410,86 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Дехканова Х. О.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.

День: 5  
 Неделя: 1  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
17,6	Суп молочный с крупой (кукурузная)		150	2,6	2,8	11	80,6	0,05	0,17	0,84	164,78	0,17	Сборник рецептур 2004 (№ 161)
268	Бутерброды с маслом		5/30	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	Сборник рецептур изд 2011 (№ 1)
34	Чай с молоком		150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89	Сборник рецептур изд 2011 (№ 394)
	<b>Итого:</b>		<b>335</b>	<b>6,65</b>	<b>11,95</b>	<b>38,02</b>	<b>287</b>	<b>0,11</b>	<b>0,26</b>	<b>1,2</b>	<b>230,33</b>	<b>1,68</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
197,3	Яблоки печеные с медом		70	0,34	0,3	15,35	65	0,02	0,01	3,23	12,8	1,7	
0,01	Соль		3								11,04	0,087	
	<b>Итого:</b>		<b>73</b>	<b>0,34</b>	<b>0,3</b>	<b>15,35</b>	<b>65</b>	<b>0,02</b>	<b>0,01</b>	<b>3,23</b>	<b>23,84</b>	<b>1,787</b>	
	<b>Обед</b>												
88,1	Суп картофельный с мясными фрикадельками		150	1,4	1,1	10,5	59,7	0,06	0,04	5,56	12,4	0,64	
71,1	Фрикадельки мясные (из говядины)		25	6,58	3,08	0,29	54,95	0,02	0,05	0,13	5,08	0,41	
222,2	Лук зеленый в суп		2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	
103,1	Макаронные изделия отварные		100	8,16	2,88	49,91	152,9	0,153	0,06		18,74	1,086	Сборник рецептур изд 2011 (№ 317)
478	Оладьи из печени (запеченные).		60	9,27	6,63	6,11	121	0,19	10,01	18,98	9,28	4,36	
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)		150	0,6	0,4	26,012	103,22	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71	Сборник рецептур 2011 (№ 375)
	Аскорбиновая кислота		3										
0,1	Хлеб пшеничный		30	2,64	0,48	13,68	70,8	0,07	0,03		14	1,56	
	<b>Итого:</b>		<b>520</b>	<b>28,7</b>	<b>14,58</b>	<b>106,582</b>	<b>563,17</b>	<b>0,503</b>	<b>10,21</b>	<b>79,17</b>	<b>75,81</b>	<b>8,846</b>	
	<b>Полдник</b>												
0,24	Йогурт (питьевой)		150	6,25	1,875	4,375	58,5		0,037	0,75	155	0,125	Сборник рецептур изд 2011 (№ 401)
332	Рулет с маком		60	4,14	6,13	30,25	192,6	0,061		0,018	141,11	1,3	
	<b>Итого:</b>		<b>210</b>	<b>10,39</b>	<b>8,005</b>	<b>34,625</b>	<b>251,1</b>	<b>0,061</b>	<b>0,037</b>	<b>0,768</b>	<b>296,11</b>	<b>1,425</b>	
	<b>Ужин</b>												
166,1	Картофельное пюре		110	2,383	0,856	15,95	85,739						
112,2	Биточки рыбные		60	11	1,7	6,2	82,3	0,05	0,07	0,75	35,74	0,48	
203,1	Напиток брусничный		150	0,1		18,7	71,3			1,12	7,11	0,12	ТТК (№ 203,1)
0,53	Хлеб «8 злаков»		25	3,338	1,056	10,838	66,25	0,069	0,031	0,025	25,75	0,625	
	<b>Итого:</b>		<b>345</b>	<b>16,821</b>	<b>3,612</b>	<b>51,687</b>	<b>305,589</b>	<b>0,119</b>	<b>0,101</b>	<b>1,895</b>	<b>68,6</b>	<b>1,225</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 483</b>	<b>62,901</b>	<b>38,447</b>	<b>246,264</b>	<b>1 471,859</b>	<b>0,813</b>	<b>10,618</b>	<b>86,263</b>	<b>694,69</b>	<b>14,963</b>	

Стоимость рациона: руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Дехканова Х. О.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.

День: 6  
 Неделя: 2  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
17,4	Суп молочный с крупой (ячневая)		149	2,583	2,781	10,927	80,063	0,05	0,169	0,834	163,681	0,169	
36	Какао на молоке		180	6,108	7,092	20,777	167,1	0,072	0,288	2,34	218,796	0,816	
0,25	Батон нарезной		29	2,204	0,261	13,543	66,594	0,046	0,017		6,67	0,551	
	<b>Итого:</b>		<b>358</b>	<b>10,895</b>	<b>10,134</b>	<b>45,246</b>	<b>313,756</b>	<b>0,168</b>	<b>0,474</b>	<b>3,174</b>	<b>389,147</b>	<b>1,536</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,23	Груша		91	0,364	0,027	8,645	36,9	0,018	0,027	4,55	17,29	2,093	Сборник рецептур изд 2011 (№ 368)
	<b>Итого:</b>		<b>91</b>	<b>0,364</b>	<b>0,027</b>	<b>8,645</b>	<b>36,9</b>	<b>0,018</b>	<b>0,027</b>	<b>4,55</b>	<b>17,29</b>	<b>2,093</b>	
	<b>Обед</b>												
0,01	Соль		3								11,04	0,087	
68,1	Борщ с фасолью		150	2,1	3,03	6,88	63,54	0,04	0,03	4,07	26,82	0,87	
220,1	Мясо для супа (говядина)		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
0,13	Сметана в суп		6	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4		
222	Зелень в суп		1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	Сборник рецептур 1996 (№ б/н)
0,2	Чеснок		3	0,13	0,01	0,598	3	0,001	0,001	0,2	3,6	0,03	
216,1	Помидоры свежие порциями		46	0,46	0,115	1,725	9,545	0,023	0,023	11,5	6,44	0,414	
251,1	Азу с говядиной		180	9,82	13,19	13,16	234,59	0,16		24,28	31,91	2,58	Сборник рецептур 2004 (№ 438)
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)		150	0,6	0,4	26,012	103,22	0,01	0,01	49,5	5,16	0,71	Сборник рецептур 2011 (№ 375)
0,09	Хлеб ржаной		25	1,65	0,3	8,55	44,269	0,044	0,019		8,75	0,975	
	<b>Итого:</b>		<b>584</b>	<b>20,165</b>	<b>21,05</b>	<b>57,145</b>	<b>516,644</b>	<b>0,288</b>	<b>0,118</b>	<b>92,09</b>	<b>110,695</b>	<b>6,006</b>	
	<b>Полдник</b>												
281	Кефир		155	4,495	3,875	6,2	77,5	0,062	0,269	1,085	186	0,155	Сборник рецептур изд 2011 (№ 401)
301	Булочка российская		70	4,96	3,38	45,73	233,1	0,08	0,08	0,05	19,65	0,687	Сборник рецептур 2011 (№ 474)
	<b>Итого:</b>		<b>225</b>	<b>9,455</b>	<b>7,255</b>	<b>51,93</b>	<b>310,6</b>	<b>0,142</b>	<b>0,349</b>	<b>1,135</b>	<b>205,65</b>	<b>0,842</b>	
	<b>Ужин</b>												
175,1	Макароны, запеченные с яйцом		150	8,54	5,43	31,14	199,57	0,083	0,133	0,175	54,69	1,216	
34,1	Чай с лимоном		150	0,165	0,075	10,935	44,25	0,002	0,002	2,175	6,15	0,68	Сборник рецептур изд 2011 (№ 393)
0,1	Хлеб пшеничный		14	1,232	0,224	6,384	33,04	0,033	0,014		6,533	0,728	
	<b>Итого:</b>		<b>314</b>	<b>9,937</b>	<b>5,729</b>	<b>48,459</b>	<b>276,86</b>	<b>0,118</b>	<b>0,149</b>	<b>2,35</b>	<b>67,373</b>	<b>2,624</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 572</b>	<b>50,816</b>	<b>44,195</b>	<b>211,425</b>	<b>1 454,76</b>	<b>0,734</b>	<b>1,116</b>	<b>103,299</b>	<b>790,156</b>	<b>13,101</b>	

Стоимость рациона: 532,57 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Дехканова Х. О.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.

День: 7  
 Неделя: 2  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
0,25	Батон нарезной		25	1,9	0,225	11,675	57,408	0,04	0,015		5,75	0,475	
4,1	Каша овсянная молочная		150	0,8	4,1	39,5	230,6	0,13	0,17	0,7	173,91	0,87	
34	Чай с молоком		150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89	Сборник рецептур изд 2011 (№ 394)
	<b>Итого:</b>		<b>325</b>	<b>4,3</b>	<b>5,925</b>	<b>63,575</b>	<b>358,408</b>	<b>0,18</b>	<b>0,245</b>	<b>1,06</b>	<b>235,91</b>	<b>2,235</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,33	Киви		76	0,608	0,304	6,156	35,771	0,015	0,03	136,8	30,4	0,608	
	<b>Итого:</b>		<b>76</b>	<b>0,608</b>	<b>0,304</b>	<b>6,156</b>	<b>35,771</b>	<b>0,015</b>	<b>0,03</b>	<b>136,8</b>	<b>30,4</b>	<b>0,608</b>	
	<b>Обед</b>												
	Лавровый лист		1										
222	Зелень в суп		1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н)
0,01	Соль		3								11,04	0,087	
253,2	Суп картофельный с клецками		150	2,06	2,86	13,69	88,8	0,066		6,918	15,32	0,624	
0,1	Хлеб пшеничный		15	1,32	0,24	6,84	35,4	0,035	0,015		7	0,78	
0,09	Хлеб ржаной		14	0,924	0,168	4,788	24,791	0,025	0,011		4,9	0,546	
0,44	Сок фруктовый 0,2		150	0,75	0,15	20,7	80,46	0,03	0,015	3	30	0,6	
503	Капуста свежая, тушённая с говядиной		150	14,8	5,35	8,43	141,04	0,13	1,53	55,86	64,35	2,29	
	<b>Итого:</b>		<b>484</b>	<b>19,879</b>	<b>8,773</b>	<b>54,488</b>	<b>370,791</b>	<b>0,286</b>	<b>1,576</b>	<b>68,278</b>	<b>138,185</b>	<b>4,967</b>	
	<b>Полдник</b>												
37,1	Молоко кипячённое		151	3,926	4,027	7,147	78,319	0,04	0,161	0,785	154,403	0,07	Сборник рецептур изд 2011 (№ 400)
0,18	Вафли		20	0,48	0,42	12	52,08	0,005	0,002		1,5	0,09	
	<b>Итого:</b>		<b>171</b>	<b>4,406</b>	<b>4,447</b>	<b>19,147</b>	<b>130,399</b>	<b>0,045</b>	<b>0,163</b>	<b>0,785</b>	<b>155,903</b>	<b>0,16</b>	
	<b>Ужин</b>												
182,3	Соус сладкий		24	1,728	2,04	13,32	78,72	0,042	0,091	0,24	73,68	0,048	
0,1	Хлеб пшеничный		29	2,552	0,464	13,224	68,44	0,068	0,029		13,533	1,508	
273,4	Напиток лимонный		150	0,34		16,99	69,75	0,004		3,99	4,395	0,101	Сборник рецептур 2004 (№ 699)
144,2	Запеканка из творога		114	18,16	18,913	9,234	275,966	0,057	0,296	0,262	169,29	0,752	
	<b>Итого:</b>		<b>317</b>	<b>22,78</b>	<b>21,417</b>	<b>52,768</b>	<b>492,876</b>	<b>0,171</b>	<b>0,417</b>	<b>4,492</b>	<b>260,898</b>	<b>2,409</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 373</b>	<b>51,973</b>	<b>40,865</b>	<b>196,134</b>	<b>1 388,244</b>	<b>0,697</b>	<b>2,431</b>	<b>211,415</b>	<b>821,296</b>	<b>10,38</b>	

Стоимость рациона: 415,71 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Деханова Х. О.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.

День: 8  
 Неделя: 2  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
35,1	Кофейный напиток		150	1,9	1,2	10,712	57,92	0,05	0,19	0,87	178,86	0,44	Сборник рецептур 2011 (№ 395)
268	Бутерброды с маслом		5/32,082	2,59	7,981	15,455	143,771	0,053	0,032		9,831	0,655	Сборник рецептур изд 2011 (№ 1)
310,1	Зеленый горошек консервированный		40	1,048	0,075	2,48	14,66	0,044	0,044	4	8	0,28	
15,1	Омлет натуральный		60	6	6,2	1,2	84	0,03	0,17	0,09	41	0,96	Сборник рецептур изд 2011 (№ 215)
	<b>Итого:</b>		<b>287,082</b>	<b>11,538</b>	<b>15,456</b>	<b>29,847</b>	<b>300,351</b>	<b>0,177</b>	<b>0,436</b>	<b>4,96</b>	<b>237,691</b>	<b>2,335</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,02	Бананы		78	1,17	0,078	16,38	68,094	0,031	0,078	7,8	6,24	0,936	
	<b>Итого:</b>		<b>78</b>	<b>1,17</b>	<b>0,078</b>	<b>16,38</b>	<b>68,094</b>	<b>0,031</b>	<b>0,078</b>	<b>7,8</b>	<b>6,24</b>	<b>0,936</b>	
	<b>Обед</b>												
222	Зелень в суп		1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	Сборник рецептур 1996 (№ б/н)
0,09	Хлеб ржаной		26	1,716	0,312	8,892	46,04	0,046	0,02		9,1	1,014	
277,1	Свекла тушенная с луком		109	3,074	10,05	15,772	156,034	0,036	0,055	9,014	46,325	2,071	ТТК (№ 277)
123,4	Компот из плодов сушеных (кураги)		150	1,1		29,412	115,12						Сборник рецептур 2011 (№ 376)
94,1	Суп рисовый		150	0,85	1,52	6,98	46,93	0,01	0,01	0,65	3,7	0,2	
261	Котлеты рубленные из птицы		61	9,791	8,825	10,146	159,617	0,071	0,102	0,549	26,128	0,986	Сборник рецептур изд 2011 (№ 305)
	<b>Итого:</b>		<b>497</b>	<b>16,555</b>	<b>20,711</b>	<b>71,243</b>	<b>524,04</b>	<b>0,163</b>	<b>0,191</b>	<b>12,713</b>	<b>90,828</b>	<b>4,311</b>	
	<b>Полдник</b>												
37,1	Молоко кипячённое		150	3,9	4	7,1	77,8	0,04	0,16	0,78	153,38	0,07	Сборник рецептур изд 2011 (№ 400)
341,7	Пирожки сдобные печеные с творогом		35	4,68	3,44	11,91	97	0,03	0,06	0,01	28,1	0,39	
	<b>Итого:</b>		<b>185</b>	<b>8,58</b>	<b>7,44</b>	<b>19,01</b>	<b>174,8</b>	<b>0,07</b>	<b>0,22</b>	<b>0,79</b>	<b>181,48</b>	<b>0,46</b>	
	<b>Ужин</b>												
0,1	Хлеб пшеничный		27	2,376	0,432	12,312	63,72	0,063	0,027		12,6	1,404	
34	Чай с молоком		150	1,6	1,6	12,4	70,4	0,01	0,06	0,36	56,25	0,89	Сборник рецептур изд 2011 (№ 394)
167,2	Картофельное пюре запеченное		120	3,144	2,864	20,504	120,264	0,126	0,106	10,552	37,008	1,072	
112,2	Биточки рыбные		61	11,183	1,728	6,303	83,672	0,051	0,071	0,763	36,336	0,488	
	<b>Итого:</b>		<b>358</b>	<b>18,303</b>	<b>6,624</b>	<b>51,519</b>	<b>338,056</b>	<b>0,25</b>	<b>0,265</b>	<b>11,675</b>	<b>142,194</b>	<b>3,854</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 405,082</b>	<b>56,147</b>	<b>50,31</b>	<b>187,999</b>	<b>1 405,341</b>	<b>0,691</b>	<b>1,189</b>	<b>37,938</b>	<b>658,433</b>	<b>11,897</b>	

Стоимость рациона: 314,19 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Рустамова А. А.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.



День: 9  
 Неделя: 2  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Са	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
270	Горячий бутерброд с сыром		3/17,657/18,667	5,733	8,697	10,618	146,075	0,005		0,091	131,557	0,103	
17,1	Суп молочный с крупой (пшено)		151	2,617	2,819	11,073	81,137	0,06	0,232	1,117	221,285	0,221	Сборник рецептур 2004 (№ 161)
33	Чай с сахаром		180	0,192		0,036	48,96		0,012	0,096	4,848	0,804	Сборник рецептур изд 2011 (№ 392)
	<b>Итого:</b>		<b>370,324</b>	<b>8,542</b>	<b>11,516</b>	<b>21,727</b>	<b>276,172</b>	<b>0,065</b>	<b>0,244</b>	<b>1,304</b>	<b>357,69</b>	<b>1,129</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,28	Апельсины		75	0,675	0,15	6,075	27,135	0,03	0,002	45	25,5	0,225	
	<b>Итого:</b>		<b>75</b>	<b>0,675</b>	<b>0,15</b>	<b>6,075</b>	<b>27,135</b>	<b>0,03</b>	<b>0,002</b>	<b>45</b>	<b>25,5</b>	<b>0,225</b>	
	<b>Обед</b>												
0,01	Соль		3								11,04	0,087	
245	Суп - лапша домашняя		180	2,064	1,308	14,268	80,556	0,072	0,048	5,004	14,556	0,684	Сборник рецептур изд 2011 (№ 86)
245,1	Лапша домашняя		12	1,535	0,468	7,928	42,118	0,021	0,018		4,77	0,218	Сборник рецептур 2011 (№ 118)
239,1	Мясо для супа (куры)		24	19,152	18,312	0,228	241,92	0,108		2,712	28,428	1,68	
222,2	Лук зеленый в суп		2	0,05	0,01	0,08	0,6		0,01	5	11,15	0,08	
164,1	Картофель отварной		120	2,388	2,82	18,408	114,828	0,112	0,079	9,895	12,016	1,008	Сборник рецептур изд 2011 (№ 318)
234,4	Рыба семга припущенная		60	12	4,86		91,8	0,138	0,15	0,6	9	0,48	Сборник рецептур изд 2011 (№ 245)
215,1	Огурцы свежие порциями		43	0,323	0,043	0,86	4,838	0,011	0,011	3,01	7,31	0,215	Сборник рецептур 1996 (№ 6/Н)
139,1	Напиток клюквенный		180	0,12		18,847	71,232			3,372	3,576	0,204	Сборник рецептур 2004 (№ 700)
0,1	Хлеб пшеничный		29	2,552	0,464	13,224	68,44	0,068	0,029		13,533	1,508	
	<b>Итого:</b>		<b>653</b>	<b>40,184</b>	<b>28,285</b>	<b>73,843</b>	<b>716,332</b>	<b>0,529</b>	<b>0,345</b>	<b>29,593</b>	<b>115,379</b>	<b>6,164</b>	
	<b>Полдник</b>												
0,51	Зефир		20	0,16		15,7	60,8				1,8	0,06	
281	Кефир		156	4,524	3,9	6,24	78	0,062	0,27	1,092	187,2	0,156	Сборник рецептур изд 2011 (№ 401)
	<b>Итого:</b>		<b>176</b>	<b>4,684</b>	<b>3,9</b>	<b>21,94</b>	<b>138,8</b>	<b>0,062</b>	<b>0,27</b>	<b>1,092</b>	<b>189</b>	<b>0,216</b>	
	<b>Ужин</b>												
16,1	Сырники из творога		126	9,324	4,46	11,038	119,7	0,076	0,302	0,277	180,419	0,882	Сборник рецептур изд 2011 (№ 231)
183	Соус сметанный		30	0,48	0,6	1,68	14,52		0,012	0,012	6,624	0,048	Сборник рецептур изд 2011 (№ 354)
133	Кисель из плодов шиповника		180	0,024		22,212	94,2		0,036	31,68	7,872	1,68	Сборник рецептур 2011 (№ 381)
0,25	Батон нарезной		29	2,204	0,261	13,543	66,594	0,046	0,017		6,67	0,551	
	<b>Итого:</b>		<b>365</b>	<b>12,032</b>	<b>5,321</b>	<b>48,473</b>	<b>295,014</b>	<b>0,122</b>	<b>0,368</b>	<b>31,969</b>	<b>201,585</b>	<b>3,161</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 639,324</b>	<b>66,117</b>	<b>49,172</b>	<b>172,058</b>	<b>1 453,452</b>	<b>0,809</b>	<b>1,229</b>	<b>108,958</b>	<b>889,155</b>	<b>10,895</b>	

Стоимость рациона: 1 234,96 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Рустамова А. А.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.

День: 10  
 Неделя: 2  
 Сезон: Весна-лето Ясли  
 Возрастная категория: Дети ясли

### Примерное двухнедельное цикличное меню

№ рецептуры	Прием пищи, наименование блюда	Цена	Масса порции	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг		Сб. рец., № рец.
				белки	жиры	углеводы		В1	В2	С	Ca	Fe	
	<b>Завтрак</b>												
268	Бутерброды с маслом		5/29,741	2,45	7,55	14,62	136	0,05	0,03		9,3	0,62	Сборник рецептур изд 2011 (№ 1)
3,1	Каша рисовая молочная		101	3,501	2,626	18,045	110,292	0,034	0,101	0,485	98,421	0,215	
36	Какао на молоке		94	3,19	3,704	10,85	87,263	0,038	0,15	1,222	114,26	0,426	
	<b>Итого:</b>		<b>229,741</b>	<b>9,141</b>	<b>13,88</b>	<b>43,515</b>	<b>333,555</b>	<b>0,121</b>	<b>0,281</b>	<b>1,707</b>	<b>221,981</b>	<b>1,262</b>	
	<b>Завтрак 2ой</b>												
0,29	Яблоко		75	0,03	0,03	7,35	32,01	0,022	0,015	123,75	12	1,65	Сборник рецептур изд 2011 (№ 368)
	<b>Итого:</b>		<b>75</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	<b>7,35</b>	<b>32,01</b>	<b>0,022</b>	<b>0,015</b>	<b>123,75</b>	<b>12</b>	<b>1,65</b>	
	<b>Обед</b>												
0,01	Соль		3								11,04	0,087	
495	Суп из св/мороженных овощей		152	1,175	3,06	7,367	58,976	0,03	0,497	11,228	26,347	0,486	
220,1	Мясо для супа (говядина)		20	5,2	3,4		51,4	0,01	0,03		6	0,3	
0,13	Сметана в суп		9	0,18	0,6	0,18	6,78			0,04	5,4		
	Лавровый лист		1										
222	Зелень в суп		1	0,025	0,005	0,04	0,3		0,005	2,5	5,575	0,04	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н)
242,1	Макаронник с сердцем*+		129	11,689	5,894	25,423	201,438	0,089	0,972	3,592	19,846	3,939	
311,1	Томаты консервированные порциями		40	0,44	0,04	1,4	24	0,008	0,012	9	6	0,48	Сборник рецептур 1996 (№ 6/н)
123,3	Компот из замороженных плодов (ягод)		129	0,516	0,344	22,37	88,769	0,009	0,009	42,57	4,438	0,611	Сборник рецептур 2011 (№ 375)
0,09	Хлеб ржаной		26	1,716	0,312	8,892	46,04	0,046	0,02		9,1	1,014	
	<b>Итого:</b>		<b>510</b>	<b>20,942</b>	<b>13,656</b>	<b>65,672</b>	<b>477,703</b>	<b>0,192</b>	<b>1,544</b>	<b>68,93</b>	<b>93,745</b>	<b>6,957</b>	
	<b>Полдник</b>												
37,1	Молоко кипячённое		94	2,444	2,507	4,449	48,755	0,025	0,1	0,489	96,118	0,044	Сборник рецептур изд 2011 (№ 400)
147,1	Блины		43	2,938	1,792	18,203	90,372	0,057	0,022		7,869	0,573	Сборник рецептур 2004 (№ 726)
	<b>Итого:</b>		<b>137</b>	<b>5,382</b>	<b>4,298</b>	<b>22,653</b>	<b>139,126</b>	<b>0,082</b>	<b>0,122</b>	<b>0,489</b>	<b>103,987</b>	<b>0,617</b>	
	<b>Ужин</b>												
319,2	Залепанка картофельная с овощами		144	4,358	8,342	23,616	187,2	0,185	0,185	27,461	40,838	2,016	
0,03	Сок томатный		150	1,2		4,5	21,89	0,01	0,04	11,84	20,99	1,35	
0,53	Хлеб «8 злаков»		30	4,005	1,268	13,005	79,5	0,083	0,038	0,03	30,9	0,75	
	<b>Итого:</b>		<b>324</b>	<b>9,563</b>	<b>9,61</b>	<b>41,121</b>	<b>288,59</b>	<b>0,278</b>	<b>0,263</b>	<b>39,331</b>	<b>92,728</b>	<b>4,116</b>	
	<b>Итого за день:</b>		<b>1 275,741</b>	<b>45,059</b>	<b>41,473</b>	<b>180,311</b>	<b>1 270,985</b>	<b>0,695</b>	<b>2,225</b>	<b>234,206</b>	<b>524,442</b>	<b>14,602</b>	

Стоимость рациона: 389 руб.  
 Стоимость по плану: 0 руб.  
 Стоимость за 10: 0 руб.

Повар: \_\_\_\_\_ / Рустамова А. А.

Врач(диетсестра): \_\_\_\_\_ /

Бухгалтер: \_\_\_\_\_ / Шаригина Р. Р.