



МБДОУ "Детский сад № 12 компенсирующего вида"

Наименование сборника рецептуры: " Сборник рецептов блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях./Под.ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. 2011г./

Забтпак

[illegible]

2 ЗАБІДАК

[illegible]

Объём

[illegible]

Уплотнённый полдник

[illegible]

1 день

День: понедельник
Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюд и продуктов	Химический состав						№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины	
						С	
ЗАВТРАК							
Каша рисовая молочная	200	2,17	3,89	22,51	134,00	0,70	185
Какао-напиток на молоке	200	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	397
Хлеб пшеничный	30	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6
Сыр порц.	15	3,70	4,72	0,00	57,60	0,07	7
ИТОГО В ЗАВТРАК:		13,44	15,78	63,55	451,6	6,06	
2 ЗАВТРАК							
Молоко кипяченное	180	6,08	5,4	10,07	113	2,73	400
Кондитерские изд. без крема	20	0,7	0,8	18,6	85	0	
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		6,78	6,20	28,67	198,00	2,73	
ОБЕД							
Овощи свежие(соленые) порционно	30	0	0	2	11	13,8	
Борщ из свежей капусты	250	4,91	4,76	15,74	102,5	10,29	57
Бефстроганов из отварного мяса	70	19	7,2	2,7	171,8	0,1	278
Каша гречневая рассыпчатая	120	8,86	5,98	39,91	248	0	165
Пампушка с чесноком	45	6,43	6,75	81,39	220,63	12,5	117
Компот из сухофруктов	180	0,46	0,02	27,76	113	0,4	376
Хлеб ржаной	30	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00	
ИТОГО В ОБЕД:		42,96	25,31	186,20	953,63	37,09	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Кукуруза консервированная	30	1,00	0,00	5,00	26,00	2,20	12
Тфтелея рыбная	70	12,08	3,92	8,21	116,00	0,26	261
Пюре картофельное с морковью	150	3,06	4,80	20,44	138,60	18,34	322
Чай с лимоном	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	393
Хлеб пшеничный	30	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
ИТОГО В ПОЛДНИК:		20,06	9,09	68,79	440,6	24,69	
ВСЕГО В ДЕНЬ:		83,24	56,38	347,21	2 043,83	70,57	

2 день

День: вторник

Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюда и продуктов	Химический состав							№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины		
						С		
ЗАВТРАК								
Каша манная молочная жидкая	200	4,53	5,28	30,59	188,00	0,70	168	
Кофейный напиток	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395	
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6	
Хлеб пшеничный	35	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86		
ИТОГО В ЗАВТРАК:		11,28	11,67	70,17	432	5,73		
2 ЗАВТРАК								
Кондитерские изд. без крема	20	0,7	0,8	18,6	85	0		
Молоко кипячёное	180	6,08	5,4	10,07	113	2,73	400	
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		6,78	6,2	28,67	198	2,73		
ОБЕД								
Овощи свежие-соленые порционно	30	0,00	0,00	2,00	11,00	13,80		
Суп картофельный с рыбой	250	8,59	8,40	14,33	167,25	9,11	87	
Котлета мясная запечённая	70	13,98	15,48	14,46	208,00	0,14	282	
Рагу овощное	200	2,71	16,14	36,51	281,00	0,30	137	
Компот из свежих фруктов	180	0,16	0,0,16	23,88	97,60	1,72	372	
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00		
ИТОГО В ОБЕД:		28,74	40,62	107,88	851,55	25,07		
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК								
Пудинг творожный	130	17,49	15,43	35,67	351,00	0,30	235	
Повидло	20	0,00	0,00	13,00	50,00	0,10		
Чай	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	392	
Хлеб пшеничный	30	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86		
Фрукты свежие	115	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00		
ИТОГО В ПОЛДНИК:		22,91	16,3	104,81	656	14,29		
ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ:		70,41	75,59	330,13	2 222,55	47,92		

3 день

День: среда

Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюд и продуктов	Химический состав						№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.ценн ость (ккал)	Витамины	
						С	
ЗАВТРАК							
Каша "Геркулес" молочная жидкая	200	5,60	14,60	36,00	230,00	1,40	185
Кофейный напиток	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6
Хлеб пшеничный	35	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
ИТОГО В ЗАВТРАК:		12,35	20,99	75,58	474,00	6,43	
2 ЗАВТРАК							
Пирожок с яблоками	100	0,7	0,8	18,6	85	0	469
Молоко кипяченое	180	3,20	4,80	6,15	84,00	7,00	400
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		3,90	5,60	24,75	169,00	7,00	
ОБЕД							
Овощи свежие	30	0,00	0,00	2,00	11,00	13,80	
Суп овощной на курином бульоне	250	1,74	4,89	8,48	84,75	10,29	66/1
Котлета из курицы запечённая	80	12,64	13,14	13,46	223	0,67	305
Рис отварной соус мол	120/30	3,72	4,16	38,72	207	0	165/350
Компот из сухофруктов	180	0,46	0,02	27,76	113	0,4	376
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00	
ИТОГО В ОБЕД:		21,86	22,81	107,12	725,45	25,16	
УПЛОТНЁННЫЙ ПОЛДНИК							
Огурец солёный	25	0,24	0,03	1,00	6,00	4,70	
Жаркое по-домашнему	180	27,53	7,47	21,95	265,00	0,03	276
Чай	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	392
Хлеб пшеничный	30	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
ИТОГО В ПОЛДНИК:		31,75	7,89	68,08	471,00	8,65	
ВСЕГО В ДЕНЬ:		69,86	57,29	275,53	1 839,45	47,24	

4 день

День: четверг

Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюда и продуктов	Химический состав						№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углевод ы (г)	Энерг.ценн ость (ккал)	Плывые	
						раств. Са	
ЗАВТРАК							
Каша "Дружба" молочная жидкая	200	8,14	9,68	38,39	273,00	1,46	180
Какао	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395
Хлеб пшеничный	40	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6
Сыр порц.	15	3,70	4,72	0,00	57,60	0,07	7
ИТОГО В ЗАВТРАК:		18,59	20,79	77,97	574,6	6,56	
2 ЗАВТРАК							
Кондитерские изделия	30	0,46	0,02	27,76	113	0,4	
Молоко кипячёное	180	6,08	5,4	10,07	113	2,73	400
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		6,54	5,42	37,83	226,00	3,13	
ОБЕД							
Капуста квашенная	40	0,00	0,00	2,00	11,00	13,80	
Свекольник со сметаной	250	2,69	2,84	17,14	104,75	8,25	57
Суфле печёночное	80	15,57	12,43	3,29	187,00	0,01	279
Макаронны отварные с овощами	150	8,57	4,83	46,31	227,00	0,00	206
Соус молочный	50	0,11	1,04	1,03	13,92	0,00	350
Кисель	180	0,23	0,01	35,27	142,20	0,15	379
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00	
ИТОГО В ОБЕД:		30,47	21,75	121,74	772,57	22,21	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Пудинг из творога с яблоком	130	17,49	15,43	35,67	351,00	0,30	240
Повидло	20	0,00	0,00	13,00	50,00	0,10	
Хлеб пшеничный	20	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Чай	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	392
ИТОГО В ПОЛДНИК:		21,41	15,80	83,81	561	4,29	
Всего в день:		77,01	63,76	321,35	2 134,17	36,19	

5 день

День: пятница

Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюд и продуктов	Химический состав						№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины	
						С	
ЗАВТРАК							
Каша гречневая молочная жидкая	200	5,75	5,12	18,38	145,20	0,91	185
Какао-напиток на молоке	200	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	397
Хлеб пшеничный	35	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6
ИТОГО В ЗАВТРАК:		13,32	12,29	59,42	405,2	6,2	
2 ЗАВТРАК							
Кондитерские изд. без крема	20	0,7	0,8	18,6	85	0	
Компот из лимона	200	0,45	0,0,1	33,99	138,6	12,9	374
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		1,15	0,80	52,59	223,60	12,90	
ОБЕД							
Свекла тушеная	50	0	0	2	11	13,8	134
Суп картофельный с фасолью	250	5,49	5,27	16,32	134,75	5,81	81
Котлета рыбная с морковью	80	12,08	3,92	8,21	116	0,26	256
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	138,60	18,34	321
Компот из сухофруктов	180	0,46	0,02	27,76	113	0,4	376
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00	
ИТОГО В ОБЕД:		24,39	14,61	91,43	589,05	38,61	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Омлет натуральный	90	7,52	13,46	1,51	157,00	0,15	215
Горошек зелёный отварной	40	1,17	2,30	6,17	50,05	3,36	10
Чай	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	392
Хлеб пшеничный	35	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Фрукты свежие	110	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00	368
ИТОГО В ПОЛДНИК:		14,11	16,63	63,82	462,05	17,40	
ВСЕГО В ДЕНЬ:		52,97	44,33	267,26	1 679,90	75,11	

6 день

День: понедельник
Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюд и продуктов	Химический состав							№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины		
						С		
ЗАВТРАК								
Вермишель молочная	200	5,75	5,21	18,84	145,20	0,91	93	
Кофейный напиток	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395	
Хлеб пшеничный	35	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86		
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6	
ИТОГО В ЗАВТРАК:		12,50	11,6	58,42	389,2	5,94		
2 ЗАВТРАК								
Кондитерские изд. без крема	30	0,7	0,8	18,6	85	0		
Молоко кипячёное	180	6,08	5,4	10,07	113	2,73	400	
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		6,78	6,2	28,67	198	2,73		
ОБЕД								
Овощи свежие	30	0,00	0,00	2,00	11,00	13,80		
Суп крестьянский с мясом	250	2,69	2,84	17,14	104,75	8,25	80	
Голубцы ленивые	200	17,65	11,30	25,33	273,75	25,04	298	
Компот из сухофруктов	180	0,46	0,02	27,76	113	0,4	376	
Хлеб ржаной	40	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00		
ИТОГО В ОБЕД:		24,10	14,76	88,93	589,20	47,49		
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК								
Оладьи	90	12,43	12,75	81,39	440,63	12,50	449	
Повидло	20	0,00	0,00	13,00	50,00	0,10		
Чай	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	392	
Фрукты свежие	150	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00		
ИТОГО В ПОЛДНИК:		13,99	13,27	125,38	625,63	22,63		
ВСЕГО В ДЕНЬ:		57,37	45,83	301,40	1 802,03	78,79		

7 день

День: вторник

Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюд и продуктов	Химический состав						№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энергетическая ценность (ккал)	Витамины	
						С	
ЗАВТРАК							
Каша пшеничная молочная жидкая	200	4,40	4,06	26,99	162,00	0,70	185
Кофейный напиток	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395
Хлеб пшеничный	35	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6
Сыр порц.	15	3,70	4,72	0,00	57,60	0,07	7
ИТОГО В ЗАВТРАК:		14,85	15,17	66,57	463,60	5,80	
2 ЗАВТРАК							
Компот из лимона	200	0,45	0,01	33,99	138,6	12,9	374
Кондитерские изд. без крема	30	0,7	0,8	18,6	85	0	
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		1,15	0,81	52,59	223,6	12,9	
ОБЕД							
Овощи свежие (соленые) порционно	30	0,00	0,00	2,00	11,00	13,80	
Щи из свежей(кваш) капуста со смет	250	1,74	4,89	8,48	84,75	10,29	67
Рыбная котлета	80	11,78	12,91	14,90	223,00	0,85	255
Пюре картофельное с морковью	150	2,88	4,67	18,20	126,30	15,90	322
Компот из с фруктов	180	0,16	0,0,16	23,88	97,60	1,72	372
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00	
ИТОГО В ОБЕД:		19,86	23,07	84,16	629,35	42,56	
УЖИН							
Творожная запеканка	130	17,76	15,43	18,37	253,00	0,30	237
Повидло	20	0,00	0,00	13,00	50,00	0,10	
Фрукты свежие	125	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00	
Чай	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	392
Хлеб пшеничный	30	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
ИТОГО В ПОЛДНИК:		23,18	16,3	87,51	558	14,20	
ИТОГО В ДЕНЬ:		59,04	55,35	290,83	1 874,66	70,06	

8 день

День: среда
Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюда и продуктов	Химический состав						№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценн. (ккал)	Витамины	
						С	
ЗАВТРАК							
Каша "Геркулес" молочная жидкая	200	5,60	14,60	36,00	230,00	1,40	185
Кофейный напиток	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395
Хлеб пшеничный	35	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6
ИТОГО В ЗАВТРАК:		12,35	20,99	75,58	474,00	6,43	
2 ЗАВТРАК							
Кондитерские изд. без крема	20	0,7	0,8	18,6	85	0	
Компот из лимона	200	0,45	0,01	33,99	138,6	12,9	374
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		1,15	0,8	52,59	223,6	12,9	
ОБЕД							
Капуста квашеная	40	0,24	0,03	0,48	4,00	1,50	
Суп гороховый с гречками	260	5,49	5,27	16,32	134,75	5,81	81
Суфле из отварной птицы	100	12,48	12,59	2,45	173,00	0,03	310
Макароны припущенный с овощами	150	2,43	8,55	22,90	181,00	1,75	206
Соеус сметанный	30/50	0,50	0,10	1,90	12,00	7,00	354
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00	
Компот из сухофруктов	180	0,46	0,02	27,76	113	0,4	376
ИТОГО В ОБЕД:		24,90	27,16	88,51	704,45	16,49	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Сосиска	69	5,70	11,96	0,65	130,00	0,00	275
Омлет натуральный	90	7,52	13,46	1,51	157,00	0,15	215
Горошек зелёный отварной	50	1,17	2,30	6,17	50,05	3,36	10
Чай	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	
Хлеб пшеничный	30/50	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
ИТОГО В ПОЛДНИК:		12,61	16,13	42,82	367,05	7,40	
Итого в день:		51,01	65,08	259,50	1 769,10	43,82	

9 день

День: четверг

Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюд и продуктов	Химический состав						№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг. ценность (ккал)	Витамины	
						С	
ЗАВТРАК							
Каша ячневая молочная жидкая	200	4,53	5,28	30,59	188,00	0,70	185
Какао-напиток на молоке	200	3,67	3,19	15,82	107,00	1,43	397
Хлеб пшеничный	35	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Масло сливочное порт.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6
Сыр порт.	15	3,70	4,72	0,00	57,60	0,07	7
ИТОГО В ЗАВТРАК:		15,80	17,17	71,63	505,60	6,06	
2 ЗАВТРАК							
Кондитерские изд. без крема	20	0,7	0,8	18,6	85	0	
Молоко кипячёное	180	6,08	5,4	10,07	113	2,73	400
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		6,78	6,2	28,67	198	2,73	
ОБЕД							
Овощи свежие (соленые) порцион	30	0,00	0,00	2,00	11,00	13,80	
Рассольник Ленинградский	250	2,10	5,12	1,95	120,75	7,54	76
Тефтели мясные с рисом	100	8,86	5,98	39,91	248,00	0,00	287
Свекла тушеная	100						134
Компот из свежих фруктов	180	0,16	0,0,16	23,88	97,60	1,72	372
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00	
ИТОГО В ОБЕД:		14,42	11,70	84,44	564,05	23,06	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Творожная запеканка с морковью	130	17,76	15,43	18,37	253,00	0,30	238
Повидло	20	0,00	0,00	13,00	50,00	0,10	
Чай	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	392
Хлеб пшеничный	30	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Фрукты свежие	120	1,50	0,50	21,00	95,00	10,00	
ИТОГО В ПОЛДНИК:		23,18	16,30	87,51	558,00	14,29	
Итого в день:		60,88	52,17	290,85	1 910,65	46,14	

10 день

День: пятница
Возрастная категория: 3-7 лет

Название блюд и продуктов	Химический состав						№ рецепта
	Масса порции (г)	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.	Витамины	
					ценность (ккал)	С	
ЗАВТРАК							
Каша пшенная молочная жидкая	200	4,59	4,90	26,32	168,00	0,70	185
Кофейный напиток	200	2,85	2,41	14,36	91,00	1,17	395
Хлеб пшеничный	30	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
Масло сливочное порц.	5	0,04	3,63	0,07	33,00	0,00	6
ИТОГО В ЗАВТРАК:		11,34	11,29	65,90	412,00	5,73	
2 ЗАВТРАК							
Булочка домашняя	60	7,28	12,52	53,92	358,00	0,06	468
Молоко кипячёное	180	6,08	5,4	10,07	113	2,73	400
ИТОГО ЗА 2 ЗАВТРАК:		6,08	5,40	10,07	113,00	2,73	
ОБЕД							
Овощи свежие(солен) порционно	30	0	0	2	11	13,8	
Суп картофельный с макар издсл	250	2,69	2,84	17,14	104,75	8,25	82
Рыба запеченная с овощами	90	12,08	3,92	8,21	116	0,26	250
Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,44	138,60	18,34	321
Кисель	180	0,23	0,01	35,27	142,20	0,15	379
Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	86,70	0,00	
ИТОГО В ОБЕД:		21,36	12,17	99,76	599,25	40,80	
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК							
Котлета мясная запеченная	70	13,98	15,48	14,46	208,00	0,14	137
Капуста тушеная	180	3,75	6,66	17,25	144,00	29,97	132
Чай с лимоном	200	0,06	0,02	9,99	40,00	0,03	383
Хлеб пшеничный	25	3,86	0,35	25,15	120,00	3,86	
ИТОГО В ПОЛДНИК:		21,65	22,51	66,85	512,00	34,00	
ВСЕГО В ДЕНЬ:		60,43	51,37	242,58	1 636,26	83,86	

Накопительная ведомость на 1 ребёнка сад нетто

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	N	итого за 10 дней	прим
Молоко (пастеризованное)	75,00	65,00	50,00	85,00	15,00	80,00	15,00	0,00	90,00	75,00	55,0	550,00	N
Масло сливочное	0,00	0,00	105,00	0,0	0,0	0,0	0,0	105	0,0	30	24,0	240,00	N
Молоко	0,30	0,40	0,30	0,8	1,6	0,2	0,3	1,8	0,3	0,3	0,6	6,30	N
Молоко	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	6,9	0,0	0,0	6,9	6,90	N
Молоко	85,00	30,00	0,00	0,0	85,0	0,0	85,0	0,0	0,0	85,0	37,0	370,00	
Молоко	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		0,00	
Молоко питьевое	460,00	430,00	450,00	480,0	260,0	420,0	270,0	260,0	430,0	460,0		3 920,00	
Молочнокислые продукты (Кефир, творог)	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	450,0	0,00	-58,00
Сметана	10,00	15,00	10,00	15,0	0,0	15,0	15,0	10,0	15,0	0,0	11,0	105,00	N
Творог	0,00	100,00	0,00	100,0	0,0	0,0	100,0	0,0	100,0	0,0	40,0	400,00	N
Сыр	15,00	0,00	0,00	15,0	0,0	0,0	15,0	0,0	15,0	0,0	6,0	60,00	N
Масло сливочное	21,00	21,00	21,00	21,0	21,0	18,0	21,0	21,0	21,0	22,0	21,0	208,00	N
Масло подсолнечное	14,00	9,00	10,00	11,0	11,0	11,0	9,0	11,0	12,0	13,0	11,0	111,00	N
Мука пшеничная	50,00	5,00	60,00	10,0	5,0	60,0	5,0	5,0	5,0	65,0	29,0	270,00	-2,00
Хлопья овсяные	0,00	0,00	20,00	0,0	0,0	0,0	0,0	20,0	0,0	0,0	43,0	40,00	N
Крупа гречневая	45,00	0,00	0,00	0,0	25,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		70,00	
Крупа манная	0,00	25,00	0,00	5,0	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0	0,0		40,00	
Крупа перловая	0,00	5,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	0,0		10,00	
Крупа пшеничная	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	25,0	0,0	0,0	0,0		25,00	
Крупа ячневая	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	25,0	0,0		25,00	
Рис	0,00	0,00	0,00	12,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,0	25,0		45,00	
Рис	25,00	0,00	45,00	12,0	0,0	15,0	0,0	0,0	20,0	10,0		127,00	
Горох	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	25,0	0,0	0,0		25,00	
Фасоль	0,00	0,00	0,00	0,0	25,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		25,00	
Изделия макаронные	0,00	0,00	0,00	45,0	0,0	20,0	0,0	45,0	0,0	10,0	12,0	120,00	N
Дрожжи	2,00	0,00	2,00	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	2,0	0,5	8,00	0,30
Сахар-песок	40,00	50,00	45,00	40,0	47,0	45,0	57,0	47,0	47,0	47,0	47,0	465,00	N
Хлеб пшеничный	70,00	70,00	70,00	50,0	80,0	30,0	70,0	95,0	70,0	70,0	80,0	675,00	-12,00
Хлеб ржаной	30,00	50,00	50,00	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	480,00	-2,00
Кондитерские изделия	20,00	20,00	0,00	30,0	30,0	20,0	20,0	20,0	20,0		20,0	180,00	-2,00
	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		0,00	
Фрукты сушеные	20,00	0,00	20,00	0,0	20,0	20,0	20,0	20,0	0,0	0,0	11,0	120,00	1,00
Мука картофельная	0,00	0,00	0,00	20,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	20,0	3,0	40,00	1,00
Кофейный напиток	0,00	1,70	1,70	0,0	1,7	1,7	1,7	1,7	0,0	1,7	1,2	11,90	N
Чай черный	0,60	0,60	0,60	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	6,00	N
Какао-порошок	2,00	0,00	0,00	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,6	6,00	N
Повидло	0,00	20,00	0,00	20,0	0,0	20,0	20,0	0,0	20,0	0,0	0,6	6,00	N
Яблоки свежие	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		8,00	
Яблоки	10,00	0,00	0,00	0,0	16,0	0,0	16,0	16,0	10,0	10,0	100,0	0,00	N
Фрукты свежие	0,00	140,00	40,00	150,0	110,0	150,0	125,0	0,0	135,0			78,00	
Картофель	225,00	120,00	225,00	55,0	225,0	55,0	225,0	55,0	55,0	230,0	140,0	850,00	
Свекла столовая	30,00	0,00	0,00	60,0	50,0	0,0	0,0	0,0	120,0	0,0	260,0	1 470,00	N
Свекла												260,00	-70,00
Салата белокочанная	70,00	110,00	70,00	0,0	0,0	180,0	60,0	0,0	0,0	210,0		700,00	
Салата	20,00	40,00	35,00	35,0	25,0	20,0	15,0	50,0	25,0	50,0		315,00	
Помидоры	70,00	25,00	30,00	35,0	25,0	20,0	50,0	50,0	30,0	45,0		380,00	
Помидоры				0,0	0,0	25,0	30,0	0,0	80,0	30,0		250,00	
Помидоры	30,00	30,00	25,00									80,00	
Помидоры	0,00	0,00	0,00	40,0	0,0	0,0	0,0	40,0	0,0	0,0		160,00	
Помидоры	0,00	30,00	30,00	0,0	50,0	0,0	0,0	50,0	0,0	0,0	40,00		
Помидоры	40,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			

Накопительная ведомость на 1 ребёнка сад брутто

	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	N	итого за 10 дней		
Масло (говядина)	85,00	70,00	60,00	95,00	15,00	85,00	20,00	0,00	95,00	80,00	60,5	605,00		
Масло кур	0,00	0,00	120,00	0,0	0,0	0,0	0,0	120	0,0	30	27,0	270,00		
Масло	0,20	0,40	0,30	0,8	1,6	0,2	0,3	1,8	0,3	0,3	0,6	6,20		
Масляни	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	70,0	0,0	0,0	7,0	70,00		
Рыба	90,00	30,00	0,00	0,0	90,0	0,0	90,0	0,0	0,0	90,0	39,0	390,00		
	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		0,00		
Молоко питьевое	460,00	430,00	450,00	480,0	260,0	420,0	270,0	260,0	430,0	460,0	450,0	3 920,00		
Кисломолочные продукты (Кефир, Ряженка)	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		0,00	-5,00	
Сметана	10,00	15,00	10,00	15,0	0,0	15,0	15,0	10,0	15,0	0,0	43,0	105,00		
Творог	0,00	100,00	0,00	100,0	0,0	0,0	100,0	0,0	100,0	0,0		40,0	400,00	
Сыр	16,00	0,00	0,00	16,0	0,0	0,0	16,0	0,0	16,0	0,0		6,4	64,00	
Масло сливочное	21,00	21,00	21,00	21,0	21,0	18,0	21,0	21,0	21,0	22,0		21,0	208,00	
Масло подсолнечное	14,00	9,00	10,00	11,0	11,0	11,0	9,0	11,0	12,0	13,0		11,0	111,00	
Мука пшеничная	50,00	5,00	60,00	10,0	5,0	60,0	5,0	5,0	5,0	65,0		29,0	270,00	-2,00
Хлопья овсяные	0,00	0,00	20,00	0,0	0,0	0,0	0,0	20,0	0,0	0,0		43,0	40,00	
Крупа гречневая	45,00	0,00	0,00	0,0	25,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0			70,00	
Крупа манная	0,00	25,00	0,00	5,0	0,0	0,0	5,0	0,0	5,0	0,0			40,00	
Крупа перловая	0,00	5,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	5,0	0,0	0,0			10,00	
Крупа пшеничная	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	25,0	0,0	0,0	0,0	25,00			
Крупа ячневая	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	25,0	0,0	25,00			
Пшено	0,00	0,00	0,00	12,0	0,0	8,0	0,0	0,0	0,0	25,0	45,00			
Рис	25,00	0,00	45,00	12,0	0,0	15,0	0,0	0,0	20,0	10,0	127,00			
Горох	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	25,0	0,0	0,0	25,00			
Фасоль	0,00	0,00	0,00	0,0	25,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	25,00			
Изделия макаронные	0,00	0,00	0,00	45,0	0,0	20,0	0,0	45,0	0,0	10,0	12,0	120,00	N	
Дрожжи	2,00	0,00	2,00	0,0	0,0	2,0	0,0	0,0	0,0	2,0	0,5	8,00	0,3	
Сахар-песок	40,00	50,00	45,00	40,0	47,0	45,0	57,0	47,0	47,0	47,0	47,0	465,00	N	
Хлеб пшеничный	70,00	70,00	70,00	50,0	80,0	30,0	70,0	95,0	70,0	70,0	80,0	675,00	-12,00	
Хлеб ржаной	30,00	50,00	50,00	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	50,0	480,00	-2,00	
Кондитерские изделия	20,00	20,00	0,00	30,0	30,0	20,0	20,0	20,0	20,0		20,0	180,00	-2,00	
	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		0,00		
Фрукты сушеные	20,00	0,00	20,00	0,0	20,0	20,0	20,0	20,0	0,0	0,0	11,0	120,00	1,00	
Мука картофельная	0,00	0,00	0,00	20,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	20,0	3,0	40,00	1,00	
Кофейный напиток	0,00	1,70	1,70	0,0	1,7	1,7	1,7	1,7	0,0	1,7	1,2	11,90	N	
Чай черный	0,60	0,60	0,60	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	0,6	6,00	N	
Какао-порошок	2,00	0,00	0,00	2,0	0,0	0,0	0,0	0,0	2,0	0,0	0,6	6,00	N	
Повидло	0,00	20,00	0,00	20,0	0,0	20,0	20,0	0,0	20,0	0,0	8,00			
Йогурт свежий	0,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	114,0	0,00		
Лимон	10,00	0,00	0,00	0,0	20,0	0,0	20,0	20,0	10,0	10,0		90,00	-14,00	
Фрукты свежие	0,00	150,00	50,00	165,0	115,0	155,0	130,0	0,0	145,0			910,00		
Картофель	280,00	180,00	280,00	80,0	300,0	80,0	280,0	80,0	80,0	300,0	187,0	1 940,00	N	
Секла столовая	50,00	0,00	0,00	80,0	70,0	0,0	0,0	0,0	150,0	0,0	325,0	350,00		
Секла белокочанная	80,00	120,00	80,00	0,0	0,0	200,0	70,0	0,0	0,0	230,0		780,00		
Секла салатный свежий	30,00	50,00	45,00	40,0	35,0	30,0	20,0	60,0	30,0	55,0		395,00		
Секла салатная	80,00	35,00	40,00	45,0	35,0	30,0	60,0	60,0	40,0	55,0		480,00	-70,00	
Секла салатная	35,00	35,00	35,00	0,0	0,0	35,0	35,0	0,0	85,0	35,0		295,00		
Секла салатная	0,00	0,00	0,00	45,0	0,0	0,0	0,0	45,0	0,0	0,0		90,00		
Секла салатная	0,00	30,00	30,00	0,0	50,0	0,0	0,0	50,0	0,0	0,0		160,00		
Секла салатная	40,00	0,00	0,00	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0	0,0		40,00		

Итого за 10 дней:

	Белки (г)	Жиры (г)	Углеводы (г)	Энерг.цен. (ккал)	Витамины
					С
1	77,61	50,98	371,13	2 069,43	80,74
2	70,41	75,59	330,13	2 222,55	47,82
3	77,08	69,79	319,46	2 157,45	47,27
4	72,43	58,86	332,28	2 116,17	43,46
5	52,97	44,33	267,26	1 679,90	75,11
6	51,74	40,43	325,32	1 827,63	88,96
7	64,67	60,74	266,91	1 848,95	65,38
8	49,71	63,15	281,32	1 834,10	55,66
9	66,57	56,40	333,24	2 108,65	43,47
10	57,65	57,90	292,80	1 928,25	88,01
	64,08	57,8	312	1973,08	63,58

ВСЕГО В ДЕНЬ: