

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**1 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	14,72	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	4,40	2,30	13,20	0,20	19,90	0,00	0,00	0,00	
2008	189	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	205	17,91	7,20	8,30	35,00	262,40	0,10	0,50	0,00	0,10	0,10	0,10	123,70	33,80	168,30	1,70	241,10	9,10	0,00	0,00	
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	2,27	0,06	0,01	6,01	25,53	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	9,82	2,36	1,39	0,06	12,12	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>34,90</b>	<b>10,50</b>	<b>12,41</b>	<b>48,01</b>	<b>349,93</b>	<b>0,10</b>	<b>1,62</b>	<b>0,10</b>	<b>0,30</b>	<b>0,30</b>	<b>0,10</b>	<b>137,92</b>	<b>38,46</b>	<b>182,89</b>	<b>1,96</b>	<b>273,12</b>	<b>9,10</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>II Завтрак</b>																							
	ТК №010	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	29,45	0,60	0,60	14,80	66,30	0,00	6,00	0,00	0,90	0,00	0,00	21,60	10,80	14,90	3,00	417,00	3,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>29,45</b>	<b>0,60</b>	<b>0,60</b>	<b>14,80</b>	<b>66,30</b>	<b>0,00</b>	<b>6,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>21,60</b>	<b>10,80</b>	<b>14,90</b>	<b>3,00</b>	<b>417,00</b>	<b>3,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																							
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	10,46	0,38	0,00	0,88	6,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,40	6,30	10,80	0,30	70,50	0,00	0,00	0,00	
2012	85	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	20,34	3,57	4,47	3,02	66,59	0,02	0,88	0,13	0,82	0,04	0,03	15,22	7,91	35,91	0,54	86,90	1,93	0,02	0,00	
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	82,45	13,11	11,93	3,47	173,61	0,06	0,38	0,08	2,31	0,38	0,11	44,39	22,75	169,23	0,64	286,21	97,35	0,44	0,02	
2012	322	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	18,77	0,93	4,47	3,02	56,57	0,02	0,73	0,66	0,31	0,08	0,04	34,55	13,02	29,76	0,32	91,06	3,22	0,02	0,00	
	ТК№039	НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	4,89	0,12	0,12	23,60	96,84	0,00	0,90	0,00	0,10	0,00	0,00	10,90	3,30	2,30	0,50	63,60	0,50	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	3,71	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,46	2,39	11,70	0,27	18,35	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>143,61</b>	<b>21,31</b>	<b>21,79</b>	<b>54,89</b>	<b>503,51</b>	<b>0,10</b>	<b>3,89</b>	<b>0,87</b>	<b>4,04</b>	<b>0,50</b>	<b>0,18</b>	<b>122,93</b>	<b>60,01</b>	<b>279,41</b>	<b>3,41</b>	<b>650,69</b>	<b>104,34</b>	<b>0,48</b>	<b>0,02</b>	
<b>Уплотненный Полдник</b>																							
2012	304	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	60,87	20,02	18,53	33,54	204,20	0,11	1,40	0,40	3,71	0,00	0,20	31,43	43,35	224,93	2,11	290,80	7,92	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	15,01	5,54	2,03	3,51	153,90	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,60	1,40	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	
2008	479	БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	8,91	4,55	2,60	17,25	110,85	0,03	0,05	0,02	0,24	0,12	0,05	24,94	6,01	46,14	0,35	53,07	1,85	0,01	0,01	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>87,78</b>	<b>31,81</b>	<b>23,36</b>	<b>64,90</b>	<b>519,95</b>	<b>0,14</b>	<b>4,45</b>	<b>0,42</b>	<b>4,45</b>	<b>0,12</b>	<b>0,25</b>	<b>66,98</b>	<b>55,10</b>	<b>290,78</b>	<b>3,30</b>	<b>378,44</b>	<b>11,11</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>295,74</b>	<b>64,22</b>	<b>58,16</b>	<b>182,60</b>	<b>1 439,69</b>	<b>0,34</b>	<b>15,96</b>	<b>1,39</b>	<b>9,69</b>	<b>0,92</b>	<b>0,53</b>	<b>349,43</b>	<b>164,37</b>	<b>767,98</b>	<b>11,67</b>	<b>1 719,25</b>	<b>127,55</b>	<b>0,49</b>	<b>0,03</b>	
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>0,9</b>	<b>2,8</b>																

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

## 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		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг
<b>Завтрак</b>																					
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	12,23	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	3,80	2,60	13,00	0,20	18,40	0,00	0,00
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	18,81	5,07	8,10	27,90	205,00	0,00	0,50	0,00	0,20	0,10	0,10	112,20	25,60	114,80	0,40	179,80	9,60	0,00
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	8,95	2,59	2,23	10,09	71,41	0,02	0,48	0,01	0,00	0,00	0,10	96,38	10,84	66,24	0,07	134,68	8,28	0,00
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>39,99</b>	<b>9,16</b>	<b>10,91</b>	<b>48,27</b>	<b>328,81</b>	<b>0,04</b>	<b>0,98</b>	<b>0,01</b>	<b>0,20</b>	<b>0,10</b>	<b>0,21</b>	<b>212,38</b>	<b>39,04</b>	<b>194,04</b>	<b>0,67</b>	<b>332,88</b>	<b>17,88</b>	<b>0,00</b>
<b>II Завтрак</b>																					
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	23,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>23,46</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>																					
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	8,00	0,50	0,13	1,90	12,00	0,00	5,00	0,10	0,20	0,00	0,00	6,30	9,00	11,70	0,50	145,00	1,00	0,00
2012	82	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	16,40	3,56	4,48	5,89	78,22	0,02	1,13	0,16	1,01	0,00	0,03	17,65	8,66	35,72	0,50	71,80	1,55	0,03
2008	256	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	70/40	52,54	18,52	12,06	3,27	222,77	0,21	13,98	6,44	1,52	0,13	1,58	22,55	17,65	267,90	5,86	324,85	7,74	0,19
2016	333	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ	130	11,00	3,20	3,98	33,34	181,01	0,03	0,00	0,03	0,26	0,00	0,00	10,39	22,52	68,42	0,52	0,00	0,00	0,00
2008	441	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	7,90	0,60	0,24	22,00	93,00	0,00	72,00	0,20	0,00	0,00	0,10	17,20	4,40	2,80	0,50	9,80	0,00	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,80	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	3,71	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,46	2,39	11,70	0,27	18,35	0,00	0,00
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>101,35</b>	<b>28,88</b>	<b>21,61</b>	<b>83,10</b>	<b>670,40</b>	<b>0,26</b>	<b>92,11</b>	<b>6,93</b>	<b>3,29</b>	<b>0,13</b>	<b>1,71</b>	<b>79,95</b>	<b>67,22</b>	<b>410,04</b>	<b>8,65</b>	<b>590,20</b>	<b>11,09</b>	<b>0,22</b>
<b>Уплотненный Полдник</b>																					
2016	272	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	80	62,82	10,58	4,32	5,23	102,22	0,06	0,84	0,36	0,87	0,25	0,09	35,55	23,62	140,14	0,72	259,23	77,01	0,36
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	16,36	0,58	4,01	0,97	42,40	0,01	0,10	0,02	0,10	0,07	0,02	22,50	2,34	15,41	0,04	29,91	1,80	0,00
	ТК№048	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	7,57	0,12	0,12	21,72	88,20	0,00	1,40	0,00	0,20	0,00	0,00	11,40	4,00	3,60	0,70	100,80	0,70	0,00
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,80	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00
2008	477	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,97	4,81	1,58	28,06	145,67	0,06	0,10	0,00	0,25	0,00	0,04	28,66	8,33	47,51	0,40	81,00	2,42	0,01
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>93,52</b>	<b>17,09</b>	<b>10,15</b>	<b>62,38</b>	<b>409,49</b>	<b>0,13</b>	<b>2,44</b>	<b>0,38</b>	<b>1,72</b>	<b>0,32</b>	<b>0,15</b>	<b>100,51</b>	<b>40,89</b>	<b>218,46</b>	<b>2,36</b>	<b>491,34</b>	<b>82,73</b>	<b>0,37</b>
<b>Всего за день:</b>				<b>258,32</b>	<b>55,13</b>	<b>42,67</b>	<b>193,75</b>	<b>1 408,70</b>	<b>0,43</b>	<b>95,53</b>	<b>7,32</b>	<b>5,21</b>	<b>0,55</b>	<b>2,07</b>	<b>392,84</b>	<b>147,15</b>	<b>822,54</b>	<b>11,68</b>	<b>1 414,42</b>	<b>111,70</b>	<b>0,59</b>
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>0,8</b>	<b>3,5</b>														

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**3 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	11,69	1,40	2,10	15,80	68,00	0,00	1,80	0,00	0,10	0,00	0,00	5,20	3,30	11,50	0,30	30,60	0,00	0,00	0,00	
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	19,49	1,50	2,70	3,00	40,50	0,10	2,20	0,00	1,70	0,00	0,00	9,70	9,40	27,20	0,30	51,00	0,00	0,00	0,00	
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	32,16	15,40	21,00	2,90	149,00	0,10	0,20	0,30	5,30	2,50	0,50	100,80	17,10	228,70	2,60	222,60	26,80	0,00	0,00	
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,67	2,80	2,40	12,70	84,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,10	98,30	14,30	72,50	0,30	142,80	8,10	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>73,01</b>	<b>21,10</b>	<b>28,20</b>	<b>34,40</b>	<b>341,50</b>	<b>0,20</b>	<b>4,70</b>	<b>0,30</b>	<b>7,10</b>	<b>2,50</b>	<b>0,60</b>	<b>214,00</b>	<b>44,10</b>	<b>339,90</b>	<b>3,50</b>	<b>447,00</b>	<b>34,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>II Завтрак</b>																							
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	42,50	0,60	0,50	15,50	70,50	0,00	3,00	0,00	0,50	0,00	0,00	25,70	16,20	21,60	2,70	232,50	1,50	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>42,50</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>0,00</b>	<b>3,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>25,70</b>	<b>16,20</b>	<b>21,60</b>	<b>2,70</b>	<b>232,50</b>	<b>1,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																							
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	7,55	0,40	0,00	1,30	7,00	0,00	2,00	0,00	0,10	0,00	0,00	10,40	6,30	18,90	0,50	70,50	1,50	0,00	0,00	
2012	67	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	6,94	1,00	3,98	3,09	55,02	0,02	7,17	0,18	1,50	0,00	0,02	32,70	11,38	21,15	0,50	115,79	2,17	0,01	0,00	
2012	277	ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	119,89	9,10	11,30	14,90	196,80	0,10	1,00	0,50	0,80	0,10	0,10	26,90	30,40	191,20	2,80	440,60	9,80	0,00	0,00	
2008	181	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	10,29	7,20	5,90	33,00	240,00	0,20	0,00	0,00	4,10	0,00	0,10	15,80	108,90	161,60	3,80	228,80	2,00	0,00	0,00	
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	8,17	0,06	0,04	10,80	41,90	0,00	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	9,26	2,82	1,89	0,07	16,59	0,00	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,80	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	2,78	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,60	1,80	8,80	0,20	13,80	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>157,42</b>	<b>19,86</b>	<b>21,84</b>	<b>77,19</b>	<b>611,02</b>	<b>0,32</b>	<b>10,35</b>	<b>0,68</b>	<b>6,80</b>	<b>0,10</b>	<b>0,22</b>	<b>100,06</b>	<b>164,20</b>	<b>415,34</b>	<b>8,37</b>	<b>906,48</b>	<b>16,27</b>	<b>0,01</b>	<b>0,00</b>	
<b>Уплотненный Полдник</b>																							
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	69,90	16,01	14,03	14,32	251,49	0,07	20,20	0,04	0,72	0,18	0,15	69,85	35,78	168,63	2,88	487,83	10,73	0,05	0,00	
	049	НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	3,33	0,12	0,01	16,90	64,80	0,00	2,30	0,00	0,00	0,00	0,00	13,10	3,20	2,90	0,10	24,30	0,00	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	2,78	1,10	0,50	7,70	39,30	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	2,60	1,80	8,80	0,20	13,80	0,00	0,00	0,00	
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД,УПАК.	125	38,15	3,50	3,13	5,63	70,63	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	0,13	127,50	14,00	95,00	0,00	182,50	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>117,15</b>	<b>22,43</b>	<b>17,87</b>	<b>55,15</b>	<b>477,22</b>	<b>0,07</b>	<b>22,88</b>	<b>0,04</b>	<b>1,22</b>	<b>0,18</b>	<b>0,28</b>	<b>217,06</b>	<b>59,12</b>	<b>295,04</b>	<b>4,02</b>	<b>742,50</b>	<b>12,07</b>	<b>0,05</b>	<b>0,00</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>390,08</b>	<b>63,99</b>	<b>68,41</b>	<b>182,24</b>	<b>1 500,24</b>	<b>0,59</b>	<b>40,93</b>	<b>1,02</b>	<b>15,62</b>	<b>2,78</b>	<b>1,10</b>	<b>556,82</b>	<b>283,62</b>	<b>1 071,88</b>	<b>18,59</b>	<b>2 328,48</b>	<b>64,74</b>	<b>0,06</b>	<b>0,00</b>	
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>1,1</b>	<b>2,8</b>																

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**4 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		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
<b>Завтрак</b>																								
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	14,72	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	4,40	2,30	13,20	0,20	19,90	0,00	0,00	0,00		
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	16,88	6,00	8,00	27,00	203,00	0,00	0,50	0,00	0,90	0,10	0,10	111,10	16,50	94,60	0,40	182,90	8,80	0,00	0,00		
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,69	3,80	3,20	15,60	107,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,10	118,70	22,30	93,60	0,60	197,80	9,90	0,00	0,00		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>43,29</b>	<b>13,04</b>	<b>15,30</b>	<b>49,60</b>	<b>372,00</b>	<b>0,00</b>	<b>1,10</b>	<b>0,10</b>	<b>1,10</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>234,20</b>	<b>41,10</b>	<b>201,40</b>	<b>1,20</b>	<b>400,60</b>	<b>18,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>II Завтрак</b>																								
2008	442	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	23,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>23,46</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																								
2008	43	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	9,27	0,09	7,28	0,23	66,86	0,00	0,90	0,02	3,23	0,00	0,01	7,41	1,25	2,03	0,07	19,44	0,00	0,00	0,00		
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	26,02	4,00	6,37	6,21	100,88	0,02	4,51	0,18	1,59	0,00	0,05	31,50	16,67	50,00	1,02	220,77	4,73	0,02	0,00		
2012	269	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	64,74	10,72	6,07	6,90	125,07	0,06	0,35	0,05	0,73	0,21	0,09	44,24	19,50	138,35	0,51	240,58	76,86	0,35	0,01		
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	17,07	2,21	2,01	9,89	73,19	0,05	5,92	1,12	0,51	0,00	0,06	51,42	26,47	50,33	0,86	185,80	4,70	0,03	0,00		
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,74	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,98	1,75	0,00	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00		
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00		
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	4,64	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,34	3,01	14,70	0,33	23,05	0,00	0,00	0,00		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>125,47</b>	<b>20,60</b>	<b>22,68</b>	<b>52,54</b>	<b>506,22</b>	<b>0,13</b>	<b>11,68</b>	<b>1,37</b>	<b>6,56</b>	<b>0,21</b>	<b>0,21</b>	<b>150,90</b>	<b>72,99</b>	<b>275,12</b>	<b>3,63</b>	<b>724,47</b>	<b>87,63</b>	<b>0,40</b>	<b>0,01</b>		
<b>Уплотненный Полдник</b>																								
2008	224	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	67,93	23,01	11,83	20,93	283,30	0,00	0,20	0,10	1,70	0,00	0,20	181,00	29,10	240,50	0,90	170,60	0,50	0,00	0,00		
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	18,52	6,00	4,00	9,80	98,90	0,10	1,10	0,10	0,00	0,00	0,20	214,20	23,50	151,20	0,20	306,60	18,90	0,00	0,00		
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	31,34	0,80	0,20	7,50	38,00	0,10	15,20	0,00	0,20	0,00	0,00	31,50	9,90	15,30	0,10	155,00	0,00	0,00	0,00		
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	30	13,38	2,28	3,00	26,00	111,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,86	5,40	24,30	0,60	33,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>131,17</b>	<b>32,09</b>	<b>19,03</b>	<b>64,23</b>	<b>531,20</b>	<b>0,20</b>	<b>16,50</b>	<b>0,20</b>	<b>1,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,40</b>	<b>434,56</b>	<b>67,90</b>	<b>431,30</b>	<b>1,80</b>	<b>665,20</b>	<b>19,40</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Всего за день:</b>				<b>323,39</b>	<b>65,73</b>	<b>57,01</b>	<b>166,37</b>	<b>1 409,42</b>	<b>0,33</b>	<b>29,28</b>	<b>1,67</b>	<b>9,56</b>	<b>0,51</b>	<b>0,81</b>	<b>819,66</b>	<b>181,99</b>	<b>907,82</b>	<b>6,63</b>	<b>1 790,27</b>	<b>125,73</b>	<b>0,40</b>	<b>0,01</b>		
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>0,9</b>	<b>2,5</b>																	

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**5 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	Р, мг	Fe, мг	К, мг	І, мкг	F, мг	Se, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	17,42	1,88	0,73	12,85	65,50	0,03	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	4,75	3,25	16,25	0,25	23,00	0,00	0,00	0,00	
2008	190	КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	200	22,70	6,20	10,00	26,80	209,00	0,10	0,80	0,00	0,40	0,10	0,10	159,20	29,10	143,70	0,60	251,30	14,10	0,00	0,00	
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	8,95	2,59	2,23	10,09	71,41	0,02	0,48	0,01	0,00	0,00	0,10	96,38	10,84	66,24	0,07	134,68	8,28	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>49,07</b>	<b>10,67</b>	<b>12,96</b>	<b>49,74</b>	<b>345,91</b>	<b>0,15</b>	<b>1,28</b>	<b>0,01</b>	<b>0,40</b>	<b>0,10</b>	<b>0,21</b>	<b>260,33</b>	<b>43,19</b>	<b>226,19</b>	<b>0,92</b>	<b>408,98</b>	<b>22,38</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>II Завтрак</b>																							
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	42,50	0,60	0,50	15,50	70,50	0,00	3,00	0,00	0,50	0,00	0,00	25,70	16,20	21,60	2,70	232,50	1,50	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>42,50</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>0,00</b>	<b>3,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>25,70</b>	<b>16,20</b>	<b>21,60</b>	<b>2,70</b>	<b>232,50</b>	<b>1,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	3,26	0,80	2,90	1,50	45,60	0,00	1,90	0,00	1,40	0,00	0,00	15,80	9,50	18,50	0,60	136,80	3,30	0,00	0,00	
2012	84	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	26,46	4,34	5,08	1,42	68,96	0,02	0,76	0,14	0,90	0,04	0,04	15,61	9,20	44,41	0,69	114,34	2,63	0,02	0,00	
2016	292	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	200	113,70	20,80	19,92	0,97	266,02	0,05	0,48	0,01	0,73	0,04	0,12	14,99	21,77	179,07	2,60	393,92	8,59	0,06	0,00	
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	13,51	0,36	0,00	7,00	102,00	0,00	0,30	0,10	0,00	0,00	0,00	33,50	18,60	23,70	0,50	309,90	0,00	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	4,64	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,34	3,01	14,70	0,33	23,05	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>164,56</b>	<b>29,88</b>	<b>28,85</b>	<b>34,39</b>	<b>599,58</b>	<b>0,07</b>	<b>3,44</b>	<b>0,25</b>	<b>3,53</b>	<b>0,08</b>	<b>0,16</b>	<b>88,25</b>	<b>66,42</b>	<b>300,09</b>	<b>5,56</b>	<b>1 012,08</b>	<b>15,86</b>	<b>0,08</b>	<b>0,00</b>	
<b>Уплотненный Полдник</b>																							
	ТК№014	ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	8,00	0,60	0,10	1,90	12,00	0,00	5,00	0,10	0,20	0,00	0,00	6,30	9,00	11,70	0,50	145,00	1,00	0,00	0,00	
2016	219	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	13,27	5,47	4,64	34,92	203,49	0,07	0,00	0,02	1,18	0,08	0,02	9,23	7,34	40,69	0,93	63,48	0,77	0,01	0,01	
2016	227	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	9,67	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	2,27	0,06	0,01	6,01	25,53	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	9,82	2,36	1,39	0,06	12,12	0,00	0,00	0,00	
2014	249	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	18,83	8,63	5,52	30,13	205,36	0,06	0,04	0,04	0,28	0,19	0,08	42,74	10,50	81,19	0,59	81,96	1,95	0,02	0,02	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>52,04</b>	<b>19,66</b>	<b>14,77</b>	<b>73,26</b>	<b>507,28</b>	<b>0,13</b>	<b>6,16</b>	<b>0,16</b>	<b>1,66</b>	<b>0,27</b>	<b>0,10</b>	<b>68,09</b>	<b>29,20</b>	<b>134,97</b>	<b>2,08</b>	<b>302,56</b>	<b>3,72</b>	<b>0,03</b>	<b>0,03</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>308,17</b>	<b>60,81</b>	<b>57,08</b>	<b>172,89</b>	<b>1 523,27</b>	<b>0,35</b>	<b>13,88</b>	<b>0,42</b>	<b>6,09</b>	<b>0,45</b>	<b>0,47</b>	<b>442,37</b>	<b>155,01</b>	<b>682,85</b>	<b>11,26</b>	<b>1 956,12</b>	<b>43,46</b>	<b>0,11</b>	<b>0,03</b>	
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>0,9</b>	<b>2,8</b>																

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**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		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	11,69	1,40	2,10	15,80	68,00	0,00	1,80	0,00	0,10	0,00	0,00	5,20	3,30	11,50	0,30	30,60	0,00	0,00	0,00	
2008	189	КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ	205	18,72	7,20	8,30	35,00	226,40	0,20	0,50	0,00	1,10	0,10	0,10	115,30	40,70	153,30	1,20	226,20	10,50	0,00	0,00	
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,67	2,80	2,40	12,70	84,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,10	98,30	14,30	72,50	0,30	142,80	8,10	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>40,08</b>	<b>11,40</b>	<b>12,80</b>	<b>63,50</b>	<b>378,40</b>	<b>0,20</b>	<b>2,80</b>	<b>0,00</b>	<b>1,20</b>	<b>0,10</b>	<b>0,20</b>	<b>218,80</b>	<b>58,30</b>	<b>237,30</b>	<b>1,80</b>	<b>399,60</b>	<b>18,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>II Завтрак</b>																							
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	23,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>23,46</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																							
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	7,55	0,40	0,00	1,30	7,00	0,00	2,00	0,00	0,10	0,00	0,00	10,40	6,30	18,90	0,50	70,50	1,50	0,00	0,00	
2012	81	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	8,54	4,30	3,88	15,32	113,64	0,10	0,43	0,16	2,64	0,00	0,03	25,57	17,09	44,20	1,12	139,28	1,28	0,01	0,00	
2012	263	ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	66,79	11,33	4,11	6,07	106,43	0,06	0,24	0,04	0,80	0,25	0,08	21,89	18,77	136,98	0,60	228,43	82,84	0,38	0,01	
2008	338	ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	16,10	2,13	2,81	6,94	62,12	0,04	6,24	0,59	0,44	0,00	0,03	55,22	19,94	50,71	0,86	123,01	2,29	0,02	0,00	
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	8,30	0,12	0,12	22,70	105,40	0,00	1,10	0,00	0,20	0,00	0,00	13,80	3,70	7,70	0,50	76,90	0,50	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	4,64	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,34	3,01	14,70	0,33	23,05	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>114,91</b>	<b>21,86</b>	<b>11,87</b>	<b>75,83</b>	<b>511,59</b>	<b>0,20</b>	<b>10,01</b>	<b>0,79</b>	<b>4,68</b>	<b>0,25</b>	<b>0,14</b>	<b>135,23</b>	<b>73,15</b>	<b>292,90</b>	<b>4,75</b>	<b>695,24</b>	<b>89,75</b>	<b>0,41</b>	<b>0,01</b>	
<b>Уплотненный Полдник</b>																							
2012	282	КОТЛЕТА МЯСНАЯ РУБЛЕННАЯ (ГОВЯДИНА)	70	56,62	12,45	11,11	10,37	191,07	0,05	0,00	0,01	0,38	0,03	0,07	12,86	18,55	119,13	1,91	227,26	4,25	0,03	0,00	
2008	125	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ С МОРКОВЬЮ	150	16,65	0,89	2,79	2,80	40,35	0,02	0,67	0,59	0,25	0,04	0,04	33,74	11,99	28,14	0,29	84,65	3,08	0,01	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,80	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,64	4,07	3,24	28,72	160,10	0,05	0,00	0,01	0,80	0,05	0,02	9,38	5,80	32,14	0,38	48,32	0,84	0,01	0,01	
	ТК№022	НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	15,01	5,54	2,03	3,51	153,90	0,00	3,00	0,00	0,00	0,00	0,00	6,60	1,40	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>94,72</b>	<b>24,65</b>	<b>19,37</b>	<b>56,00</b>	<b>596,42</b>	<b>0,12</b>	<b>3,67</b>	<b>0,61</b>	<b>1,73</b>	<b>0,12</b>	<b>0,13</b>	<b>64,98</b>	<b>40,34</b>	<b>191,21</b>	<b>3,08</b>	<b>381,13</b>	<b>8,97</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>273,17</b>	<b>57,91</b>	<b>44,04</b>	<b>195,33</b>	<b>1 486,41</b>	<b>0,52</b>	<b>16,48</b>	<b>1,40</b>	<b>7,61</b>	<b>0,47</b>	<b>0,47</b>	<b>419,01</b>	<b>171,79</b>	<b>721,41</b>	<b>9,63</b>	<b>1 475,97</b>	<b>117,32</b>	<b>0,46</b>	<b>0,02</b>	
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>0,8</b>	<b>3,4</b>																

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**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		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	14,72	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	4,40	2,30	13,20	0,20	19,90	0,00	0,00	0,00	
	10	САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	19,49	1,50	2,70	3,00	40,50	0,10	2,20	0,00	1,70	0,00	0,00	9,70	9,40	27,20	0,30	51,00	0,00	0,00	0,00	
2008	214	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	32,16	15,40	21,00	2,90	149,00	0,10	0,20	0,30	5,30	2,50	0,50	100,80	17,10	228,70	2,60	222,60	26,80	0,00	0,00	
	ТК№043	КАКАО С МОЛОКОМ	180	11,69	3,80	3,20	15,60	107,00	0,00	0,60	0,00	0,00	0,00	0,10	118,70	22,30	93,60	0,60	197,80	9,90	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>78,06</b>	<b>23,94</b>	<b>31,00</b>	<b>28,50</b>	<b>358,50</b>	<b>0,20</b>	<b>3,00</b>	<b>0,40</b>	<b>7,20</b>	<b>2,70</b>	<b>0,60</b>	<b>233,60</b>	<b>51,10</b>	<b>362,70</b>	<b>3,70</b>	<b>491,30</b>	<b>36,70</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>II Завтрак</b>																							
	ТК № 002	ГРУША СВЕЖАЯ	150	42,50	0,60	0,50	15,50	70,50	0,00	3,00	0,00	0,50	0,00	0,00	25,70	16,20	21,60	2,70	232,50	1,50	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>42,50</b>	<b>0,60</b>	<b>0,50</b>	<b>15,50</b>	<b>70,50</b>	<b>0,00</b>	<b>3,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>25,70</b>	<b>16,20</b>	<b>21,60</b>	<b>2,70</b>	<b>232,50</b>	<b>1,50</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																							
2012	40	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	6,88	0,43	0,05	3,94	41,30	0,00	1,50	0,60	1,40	0,00	0,00	15,60	10,90	15,70	0,80	115,20	1,80	0,00	0,00	
2012	76	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	24,83	3,52	6,47	3,20	87,58	0,02	0,48	0,14	1,65	0,00	0,03	19,29	9,60	43,79	0,57	97,34	2,04	0,01	0,00	
2012	305	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	35,15	11,48	16,35	11,33	238,37	0,06	0,47	0,05	1,93	0,04	0,10	32,25	18,38	120,42	1,39	162,20	4,75	0,06	0,01	
2012	324	ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	16,75	2,40	5,60	15,60	121,80	0,00	6,60	0,00	0,30	0,10	0,10	55,20	32,40	64,30	2,10	471,90	11,40	0,00	0,00	
	ТК№045	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	7,92	0,40	0,00	7,00	102,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	20,60	8,40	20,90	0,50	150,20	0,00	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	4,64	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,34	3,01	14,70	0,33	23,05	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>99,16</b>	<b>21,81</b>	<b>29,42</b>	<b>64,57</b>	<b>708,05</b>	<b>0,08</b>	<b>9,05</b>	<b>0,79</b>	<b>5,78</b>	<b>0,14</b>	<b>0,23</b>	<b>151,29</b>	<b>87,03</b>	<b>299,52</b>	<b>6,53</b>	<b>1 053,96</b>	<b>21,33</b>	<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	
<b>Уплотненный Полдник</b>																							
2008	213	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	9,57	4,90	4,50	0,30	60,90	0,00	0,00	0,10	0,80	0,90	0,20	19,80	4,30	69,10	0,90	56,00	8,00	0,00	0,00	
2008	129	ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	16,85	2,21	2,01	9,89	73,19	0,05	5,92	1,12	0,51	0,00	0,06	51,42	26,47	50,33	0,86	185,80	4,70	0,03	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК№018	ПЕЧЕНЬЕ	50	22,31	3,80	5,00	43,20	223,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	13,10	9,00	40,50	1,00	55,00	0,00	0,00	0,00	
2012	392	ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	8,17	0,06	0,04	10,80	41,90	0,00	0,18	0,00	0,00	0,00	0,00	9,26	2,82	1,89	0,07	16,59	0,00	0,00	0,00	
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	38,15	3,50	3,13	5,63	70,63	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	0,13	127,50	14,00	95,00	0,00	182,50	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>98,04</b>	<b>16,17</b>	<b>14,88</b>	<b>80,42</b>	<b>520,62</b>	<b>0,05</b>	<b>6,48</b>	<b>1,22</b>	<b>1,81</b>	<b>0,90</b>	<b>0,39</b>	<b>225,09</b>	<b>60,93</b>	<b>276,53</b>	<b>3,67</b>	<b>529,96</b>	<b>14,04</b>	<b>0,03</b>	<b>0,00</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>317,76</b>	<b>62,52</b>	<b>75,80</b>	<b>188,99</b>	<b>1 657,67</b>	<b>0,33</b>	<b>21,53</b>	<b>2,41</b>	<b>15,29</b>	<b>3,74</b>	<b>1,22</b>	<b>635,68</b>	<b>215,26</b>	<b>960,35</b>	<b>16,60</b>	<b>2 307,72</b>	<b>73,57</b>	<b>0,10</b>	<b>0,01</b>	
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>1,2</b>	<b>3,0</b>																

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**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		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг		
<b>Завтрак</b>																								
2012	3	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	12,23	1,50	0,58	10,28	52,40	0,02	0,00	0,00	0,00	0,00	0,01	3,80	2,60	13,00	0,20	18,40	0,00	0,00	0,00		
2008	189	КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	16,88	6,00	8,00	27,00	203,00	0,00	0,50	0,00	0,90	0,10	0,10	111,10	16,50	94,60	0,40	182,90	8,80	0,00	0,00		
	ТК№040	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	8,95	2,59	2,23	10,09	71,41	0,02	0,48	0,01	0,00	0,00	0,10	96,38	10,84	66,24	0,07	134,68	8,28	0,00	0,00		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>38,06</b>	<b>10,09</b>	<b>10,81</b>	<b>47,37</b>	<b>326,81</b>	<b>0,04</b>	<b>0,98</b>	<b>0,01</b>	<b>0,90</b>	<b>0,10</b>	<b>0,21</b>	<b>211,28</b>	<b>29,94</b>	<b>173,84</b>	<b>0,67</b>	<b>335,98</b>	<b>17,08</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>II Завтрак</b>																								
2008	442	СОК АБРИКОСОВЫЙ	180	23,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>23,46</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>		
<b>Обед</b>																								
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	7,55	0,38	0,00	1,30	7,00	0,00	2,00	0,00	0,10	0,00	0,00	10,40	6,30	18,90	0,50	70,50	1,50	0,00	0,00		
2012	77	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/5	16,21	2,80	4,70	1,15	60,44	0,01	1,08	0,15	0,73	0,00	0,03	18,53	7,34	30,71	0,35	64,23	1,79	0,02	0,00		
2012	34	ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	45,26	16,97	9,39	1,46	177,64	0,19	12,36	5,87	1,56	0,30	1,42	21,85	18,72	251,96	5,42	297,50	8,26	0,18	0,03		
2012	344	РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	19,34	1,46	6,59	5,67	93,60	0,02	5,44	0,36	0,26	0,09	0,03	33,48	11,85	28,29	0,52	110,93	2,90	0,02	0,00		
	ТК№042	КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	8,30	0,12	0,12	22,70	105,40	0,00	1,10	0,00	0,20	0,00	0,00	13,80	3,70	7,70	0,50	76,90	0,50	0,00	0,00		
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	3,59	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	4,80	5,20	23,60	1,00	40,80	1,60	0,00	0,00		
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	4,64	1,88	0,75	12,88	65,90	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,34	3,01	14,70	0,33	23,05	0,00	0,00	0,00		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>104,89</b>	<b>25,65</b>	<b>21,79</b>	<b>57,88</b>	<b>571,18</b>	<b>0,22</b>	<b>21,98</b>	<b>6,38</b>	<b>3,45</b>	<b>0,39</b>	<b>1,48</b>	<b>107,20</b>	<b>56,12</b>	<b>375,86</b>	<b>8,62</b>	<b>683,91</b>	<b>16,55</b>	<b>0,22</b>	<b>0,03</b>		
<b>Уплотненный Полдник</b>																								
2012	237	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	52,19	17,70	9,00	16,10	221,00	0,00	0,20	0,10	1,40	0,10	0,20	140,40	22,70	189,40	0,80	134,90	0,90	0,00	0,00		
2008	367	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	5,20	0,90	2,30	6,50	39,00	0,00	0,10	0,00	0,10	0,00	0,00	28,70	3,60	20,40	0,00	39,80	2,30	0,00	0,00		
2008	434	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	18,52	6,00	4,00	9,80	98,90	0,10	1,10	0,10	0,00	0,00	0,20	214,20	23,50	151,20	0,20	306,60	18,90	0,00	0,00		
		МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	31,34	0,80	0,20	7,50	38,00	0,10	15,20	0,00	0,20	0,00	0,00	31,50	9,90	15,30	0,10	155,00	0,00	0,00	0,00		
2008	467	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	14,48	4,53	8,34	35,88	236,53	0,06	0,00	0,04	0,47	0,15	0,03	10,36	6,67	38,53	0,44	58,87	0,84	0,01	0,01		
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>121,73</b>	<b>29,93</b>	<b>23,84</b>	<b>75,78</b>	<b>633,43</b>	<b>0,26</b>	<b>16,60</b>	<b>0,24</b>	<b>2,17</b>	<b>0,25</b>	<b>0,43</b>	<b>425,16</b>	<b>66,37</b>	<b>414,83</b>	<b>1,54</b>	<b>695,17</b>	<b>22,94</b>	<b>0,01</b>	<b>0,01</b>		
<b>Всего за день:</b>				<b>288,14</b>	<b>65,67</b>	<b>56,44</b>	<b>181,03</b>	<b>1 531,42</b>	<b>0,52</b>	<b>39,56</b>	<b>6,63</b>	<b>6,52</b>	<b>0,74</b>	<b>2,12</b>	<b>743,64</b>	<b>152,43</b>	<b>964,53</b>	<b>10,83</b>	<b>1 715,06</b>	<b>56,57</b>	<b>0,23</b>	<b>0,04</b>		
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>0,9</b>	<b>2,8</b>																	

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**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		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2012	1	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	14,72	3,24	4,10	7,00	62,00	0,00	0,00	0,10	0,20	0,20	0,00	4,40	2,30	13,20	0,20	19,90	0,00	0,00	0,00	
2008	189	КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	19,12	6,70	9,70	24,40	211,00	0,10	0,50	0,00	1,10	0,10	0,10	124,30	46,70	162,50	1,20	248,10	11,00	0,00	0,00	
	ТК№028	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	9,67	2,80	2,40	12,70	84,00	0,00	0,50	0,00	0,00	0,00	0,10	98,30	14,30	72,50	0,30	142,80	8,10	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>43,51</b>	<b>12,74</b>	<b>16,20</b>	<b>44,10</b>	<b>357,00</b>	<b>0,10</b>	<b>1,00</b>	<b>0,10</b>	<b>1,30</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>227,00</b>	<b>63,30</b>	<b>248,20</b>	<b>1,70</b>	<b>410,80</b>	<b>19,10</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>II Завтрак</b>																							
	ТК№020	БАНАН СВЕЖИЙ	100	15,63	1,50	0,50	21,00	96,00	0,07	4,02	0,00	0,00	0,00	0,07	7,24	37,99	25,33	0,54	349,74	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>15,63</b>	<b>1,50</b>	<b>0,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96,00</b>	<b>0,07</b>	<b>4,02</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,07</b>	<b>7,24</b>	<b>37,99</b>	<b>25,33</b>	<b>0,54</b>	<b>349,74</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>Обед</b>																							
	ТК№017	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	10,46	0,38	0,00	0,90	6,50	0,00	1,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,40	6,30	10,80	0,30	70,50	0,00	0,00	0,00	
2012	57	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	26,16	4,00	6,37	6,21	100,88	0,02	4,51	0,18	1,59	0,00	0,05	31,50	16,67	50,00	1,02	220,77	4,73	0,02	0,00	
2012	268	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	82,45	6,10	6,40	3,30	125,00	0,10	0,40	0,00	2,30	0,40	0,00	43,60	22,50	166,90	0,60	284,10	97,10	0,00	0,00	
2008	335	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	18,78	0,67	4,56	1,11	48,33	0,01	0,12	0,03	0,11	0,08	0,03	24,96	2,64	17,52	0,03	34,36	2,07	0,00	0,00	
	ТК№038	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	2,27	0,06	0,01	6,01	25,53	0,00	1,12	0,00	0,00	0,00	0,00	9,82	2,36	1,39	0,06	12,12	0,00	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	3,71	1,50	0,60	10,30	52,40	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	3,46	2,39	11,70	0,27	18,35	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>146,82</b>	<b>14,41</b>	<b>18,14</b>	<b>38,43</b>	<b>409,64</b>	<b>0,13</b>	<b>7,15</b>	<b>0,21</b>	<b>4,50</b>	<b>0,48</b>	<b>0,08</b>	<b>127,75</b>	<b>57,20</b>	<b>278,02</b>	<b>3,12</b>	<b>674,27</b>	<b>105,24</b>	<b>0,02</b>	<b>0,00</b>	
<b>Уплотненный Полдник</b>																							
2012	298	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	62,90	14,37	12,61	12,87	226,01	0,06	18,17	0,04	0,65	0,16	0,13	62,84	32,17	151,31	2,58	438,69	9,61	0,05	0,00	
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	10,85	0,12	0,12	21,70	88,20	0,00	0,70	0,00	0,10	0,00	0,00	12,30	5,30	5,20	0,60	56,50	0,40	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,80	1,00	0,12	6,40	31,00	0,00	0,00	0,00	0,30	0,00	0,00	2,40	2,60	11,80	0,50	20,40	0,80	0,00	0,00	
2008	451	ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	6,50	4,95	3,41	30,00	170,61	0,06	5,55	0,02	0,84	0,08	0,04	25,71	10,90	45,49	0,72	111,02	2,04	0,01	0,01	
	ТК№005	ЙОГУРТ В ИНД.УПАК.	125	38,15	3,50	3,13	5,63	70,63	0,00	0,38	0,00	0,00	0,00	0,13	127,50	14,00	95,00	0,00	182,50	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>120,20</b>	<b>23,94</b>	<b>19,39</b>	<b>76,60</b>	<b>586,45</b>	<b>0,12</b>	<b>24,80</b>	<b>0,06</b>	<b>1,89</b>	<b>0,24</b>	<b>0,30</b>	<b>230,75</b>	<b>64,97</b>	<b>308,80</b>	<b>4,40</b>	<b>809,11</b>	<b>12,85</b>	<b>0,06</b>	<b>0,01</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>326,16</b>	<b>52,59</b>	<b>54,23</b>	<b>180,13</b>	<b>1 449,09</b>	<b>0,42</b>	<b>36,97</b>	<b>0,37</b>	<b>7,69</b>	<b>1,02</b>	<b>0,65</b>	<b>592,74</b>	<b>223,46</b>	<b>860,35</b>	<b>9,76</b>	<b>2 243,92</b>	<b>137,19</b>	<b>0,08</b>	<b>0,01</b>	
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>1,0</b>	<b>3,4</b>																

Утверждаю

заведующий \_\_\_\_\_ Е.Н.Богомолова

Приказ от 28.08.2024 № 1АХД

ГБДОУ ЦРР-детский сад №60/2

**10 день**

Сборник рецептов	№ технологической карты	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена, руб.	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Витамины						Минеральные вещества								
					Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		В1, мг	С, мг	А, мг	Е, мг	Д, мкг	В2, мг	Са, мг	Mg, мг	P, мг	Fe, мг	K, мг	I, мкг	F, мг	Se, мг	
<b>Завтрак</b>																							
2012	2	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	16,60	1,90	2,80	21,10	90,70	0,00	2,40	0,00	0,10	0,10	0,00	6,90	4,20	14,70	0,30	40,20	0,00	0,00	0,00	
2008	189	КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	18,81	5,10	6,80	27,90	232,00	0,00	0,50	0,00	0,20	0,10	0,10	112,20	25,60	114,80	0,40	179,80	9,60	0,00	0,00	
2012	392	ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,74	0,00	0,00	5,81	23,22	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	7,98	1,75	0,00	0,00	0,76	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>36,15</b>	<b>7,00</b>	<b>9,60</b>	<b>54,81</b>	<b>345,92</b>	<b>0,00</b>	<b>2,90</b>	<b>0,00</b>	<b>0,30</b>	<b>0,20</b>	<b>0,10</b>	<b>127,08</b>	<b>31,55</b>	<b>129,50</b>	<b>0,70</b>	<b>220,76</b>	<b>9,60</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	
<b>II Завтрак</b>																							
2008	442	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	23,46	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>23,46</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>
<b>Обед</b>																							
2012	33	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	3,26	0,80	2,90	4,00	45,60	0,00	1,90	0,00	1,40	0,00	0,00	15,80	9,50	18,50	0,60	136,80	3,30	0,00	0,00	
2012	73	РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	25,87	3,21	7,11	1,00	83,40	0,01	0,57	0,01	1,79	0,00	0,02	17,33	7,11	33,64	0,50	89,03	1,84	0,01	0,00	
2012	310	СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	31,91	11,04	12,67	2,49	168,08	0,04	0,43	0,08	0,43	0,34	0,13	30,16	11,49	109,61	1,06	139,29	7,06	0,06	0,01	
2012	205	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	150	9,96	4,00	3,40	19,40	121,80	0,10	0,00	0,00	1,10	0,00	0,00	12,20	7,50	40,80	0,90	62,90	0,80	0,00	0,00	
	ТК№047	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	10,85	0,12	0,12	21,70	88,20	0,00	0,70	0,00	0,10	0,00	0,00	12,30	5,30	5,20	0,60	56,50	0,40	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	2,99	1,70	0,20	10,60	51,00	0,00	0,00	0,00	0,50	0,00	0,00	4,01	4,34	19,71	0,84	34,07	1,34	0,00	0,00	
	ТК №004	БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	4,64	1,88	0,75	12,90	66,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	4,34	3,01	14,70	0,33	23,05	0,00	0,00	0,00	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>89,48</b>	<b>22,75</b>	<b>27,15</b>	<b>72,09</b>	<b>624,08</b>	<b>0,15</b>	<b>3,60</b>	<b>0,09</b>	<b>5,32</b>	<b>0,34</b>	<b>0,15</b>	<b>96,14</b>	<b>48,25</b>	<b>242,16</b>	<b>4,83</b>	<b>541,64</b>	<b>14,74</b>	<b>0,07</b>	<b>0,01</b>	
<b>Уплотненный Полдник</b>																							
	ТК№015	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	6,04	0,30	0,00	1,00	5,60	0,00	1,60	0,00	0,08	0,00	0,00	8,32	5,04	15,12	0,40	56,40	1,20	0,00	0,00	
2012	276	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	85,25	15,59	14,92	0,72	199,27	0,04	0,36	0,01	0,55	0,03	0,09	11,23	16,32	134,25	1,95	295,31	6,44	0,04	0,00	
	ТК№044	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	13,51	0,36	0,00	25,00	102,00	0,00	0,30	0,10	0,00	0,00	0,00	33,50	18,60	23,70	0,50	309,90	0,00	0,00	0,00	
	ТК №003	ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	3,59	2,04	0,24	12,72	61,20	0,00	0,00	0,00	0,60	0,00	0,00	4,80	5,20	23,60	1,00	40,80	1,60	0,00	0,00	
2008	464	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,64	4,07	3,24	28,72	160,10	0,05	0,00	0,01	0,80	0,05	0,02	9,38	5,80	32,14	0,38	48,32	0,84	0,01	0,01	
<b>Итого за прием пищи:</b>				<b>113,03</b>	<b>22,36</b>	<b>18,40</b>	<b>68,16</b>	<b>528,17</b>	<b>0,09</b>	<b>2,26</b>	<b>0,12</b>	<b>2,03</b>	<b>0,08</b>	<b>0,11</b>	<b>67,23</b>	<b>50,96</b>	<b>228,81</b>	<b>4,23</b>	<b>750,73</b>	<b>10,08</b>	<b>0,05</b>	<b>0,01</b>	
<b>Всего за день:</b>				<b>262,12</b>	<b>52,11</b>	<b>55,15</b>	<b>195,06</b>	<b>1 498,17</b>	<b>0,24</b>	<b>8,76</b>	<b>0,21</b>	<b>7,65</b>	<b>0,62</b>	<b>0,36</b>	<b>290,45</b>	<b>130,76</b>	<b>600,47</b>	<b>9,76</b>	<b>1 513,13</b>	<b>34,42</b>	<b>0,12</b>	<b>0,02</b>	
<b>Сбалансированность:</b>					<b>1</b>	<b>1,1</b>	<b>3,7</b>																