

День понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю

Руководитель учреждения

Л.Н. Воробьева

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша гречневая вязкая на сгущенном молоке	150	6,87	9,66	24,45	212,25	0,14	0,17	1,02	101,85		2,58 254-П
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,033	0,009	0	5,7		0,36 117-П
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4	0	0,005	0	0,6		0,01 111-П
	Сыр	5	1,16	1,48	0	18	0	0,015	0,035	44		0,05 7-М
	Кофейный напиток на сгущенном молоке	180	2,61	1,8	18,81	101,7	0,02	0,07	0,36	116,1		0,72 512-П
	Итого	370	12,91	17,93	58,72	447,95	0,193	0,269	1,415	268,25		3,72
Обед	Борщ с капустой и картофелем	150	1,1	3	6,39	57	0,03	0,03	6,18	20,7		0,72 133-П
	Сметана	7	0,18	1,05	0,25	11,34	0	0,01	0,03	6,16		0,01 488-П
	Котлета из говядины	60	12,71	8,24	10,95	167,67	0,066	0,15	0,084	41,856		1,785 386-П
	Пюре из гороха с маслом	110	11,03	2,73	26,61	175,09	0,44	0,088	0	67,43		3,663 423-П
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,6	72,4	0,07	0,03	0	14		1,56 116-П
	Итого	547	28,06	15,52	82,78	585,2	0,606	0,308	6,654	178,786		8,858
Полдник	Пудинг из творога с яблоками	90	12,25	9,6	13,17	188,1	0,045	0,207	1,197	104,85		1,071 240-М
	Соус молочный сладкий	20	0,52	1,27	3,14	26,1	0,006	0,022	0,146	18		0,03 449-П
	Молоко кипяченое	180	5,4	5,76	8,46	108	0,036	0,234	1,08	217,8		0,18 534-П
	Итого	290	18,17	16,63	24,77	322,2	0,087	0,463	2,423	340,65		1,281
	ИТОГО за день	1207	59,140	50,080	166,270	1355,350	0,886	1,040	10,492	787,686		13,859

День понедельник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю
Руководитель учреждения

Л.Н. Воробьева

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша гречневая вязкая на ступенном молоке	180	8,24	11,59	29,34	254,7	0,16	0,2	1,22	122,22	3,1	254-П
	Батон нарезной	40	3	1,16	20,56	104,8	0,044	0,012	0	7,6	0,48	117-П
	Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0	0,007	0	0,84	0,014	111-П
	Сыр	10	2,32	2,95	0	36	0,0024	0,03	0,07	88	0,1	7-М
	Кофейный напиток на ступенном молоке	200	2,9	2	20,9	113	0,02	0,08	0,4	129	0,8	512-П
Обед	Итого	437	16,5	23,48	70,86	560,86	0,2264	0,329	1,69	347,66	4,494	
	Борщ с капустой и картофелем	180	1,31	3,6	7,67	68,4	0,04	0,04	7,42	24,84	0,86	133-П
	Сметана	9	0,23	1,35	0,32	14,58	0	0,01	0,04	7,92	0,02	488-П
	Котлета из говядины	70	14,83	9,61	12,78	195,62	0,077	0,175	0,098	48,832	2,079	386-П
	Пюре из гороха с маслом	130	13,04	3,22	31,45	206,92	0,52	0,104	0	79,69	4,329	423-П
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17	90,5	0,09	0,04	0	17,5	1,95	116-П
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0	0	0,4	31,82	1,24	376-М
Полдник	Итого	639	33,15	18,4	96,98	689,02	0,727	0,369	7,958	210,602	10,478	
	Пудинг из творога с яблоками	100	13,61	10,67	14,63	209	0,05	0,23	1,33	116,5	1,19	240-М
	Соус молочный сладкий	30	0,78	1,91	4,71	39,2	0,009	0,033	0,219	27	0,045	449-П
	Молоко кипяченое	200	6	6,4	9,4	120	0,04	0,26	1,2	242	0,2	534-П
	Итого	330	20,39	18,98	28,74	368,2	0,099	0,523	2,749	385,5	1,435	
ИТОГО за день		1406	70,040	60,860	196,580	1618,080	1,052	1,221	12,397	943,762	16,407	

Утверждаю

Руководитель учреждения

Л.Н. Воробьева

День вторник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возраст от 1,5 до 3 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша геркулесовая жидкая	130	4,65	6,11	18,72	148,46	0,1	0,13			0,81	272-П
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,03	0,01	0	5,7	0,36	117-П
	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4	0	0,01	0	0,6	0,01	111-П
	Сыр	5	1,16	1,48	0	18	0	0,015	0,035	44	0,05	7-М
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,99	0,05	0,16	1,42	137	0,43	397-М
	Итого	350	11,76	15,78	50	389,45	0,18	0,325	2,455	289,22	1,66	
2 завтрак	Кисломолочный напиток	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1	б/н
	Итого	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1	
Обед	Суп крестьянский с крупой	170	1,45	3,47	9,89	76,5	0,03	0,03	6,77	17,85	0,49	160-П
	Сметана	9	0,23	1,35	0,32	14,58	0	0,01	0,04	7,92	0,02	488-П
	Азу	150	16,3	17,48	20,8	305,84	0,16	0,2	8,86	29,54	3,38	370-П
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0,02	24,98	101,7	0	0	0,36	28,64	1,12	376-М
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,6	72,4	0,07	0,03	0	14	1,56	116-П
	Итого	549	21,02	22,8	69,59	571,02	0,26	0,27	16,03	97,95	6,57	
Полдник	Овощи натуральные (помидор)	20	0,22	0,04	0,76	4,8	0,01	0,01	5	2,8	0,18	112-П
	Рулет из рыбы	60	8,1	4,32	6	95,4	0,041	0,066	0,84	33,6	0,6	356-П
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,033	0,009	0	5,7	0,36	117-П
	Чай с лимоном	180	0,09	0	13,68	54,9	0	0	2,52	12,78	0,36	504-П
	Итого	290	10,66	5,23	35,86	233,7	0,084	0,085	8,36	54,88	1,5	
	ИТОГО за день	1289	46,340	46,310	159,450	1244,170	0,564	0,850	27,545	562,050	9,830	

День вторник

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю
Руководитель учреждения

Л.Н. Воробьева

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша геркулесовая жидкая	150	5,37	7,05	21,6	171,3	0,12	0,15	1,16	117,6	0,93	272-П
	Батон нарезной	40	3	1,16	20,56	104,8	0,04	0,01	0	7,6	0,48	117-П
	Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0	0,01	0	0,84	0,01	111-П
	Сыр	10	2,32	2,95	0	36	0,0024	0,03	0,07	88	0,1	7-М
	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,88	0,06	0,18	1,58	152,22	0,48	397-М
	Итого	407	14,81	20,48	59,8	483,34	0,2224	0,38	2,81	366,26	2	
2 завтрак	Кисломолочный напиток	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1	б/н
	Итого	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1	
Обед	Суп крестьянский с крупой	200	1,7	4,08	11,64	90	0,04	0,04	7,96	21	0,58	160-П
	Сметана	11	0,29	1,65	0,4	17,82	0	0,01	0,04	9,68	0,02	488-П
	Азу	180	14,67	15,73	18,72	275,26	0,14	0,18	7,97	26,59	3,04	370-П
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0	0	0,4	31,82	1,24	376-М
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17	90,5	0	0,04	0	17,5	1,95	116-П
	Итого	641	20,4	22,08	75,52	586,58	0,18	0,27	16,37	106,59	6,83	
Полдник	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	7,2	0,02	0,01	7,5	4,2	0,27	112-П
	Рулет из рыбы	80	10,8	5,76	8	127,2	0,064	0,088	1,12	44,8	0,8	356-П
	Батон нарезной	40	3	1,16	20,56	104,8	0,044	0,012	0	7,6	0,48	117-П
	Чай с лимоном	200	0,1	0	15,2	61	0	0	2,8	14,2	0,4	504-П
	Итого	350	14,23	6,98	44,9	300,2	0,128	0,11	11,42	70,8	1,95	
	ИТОГО за день	1498	52,340	52,040	184,220	1420,120	0,570	0,930	31,300	663,650	10,880	

День среда

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возраст от 1,5 до 3 лет

Утверждаю:
Руководитель учреждения

Л.Н. Воробьева

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша рисовая вязкая	130	4,08	7,68	24,05	181,61		0,04	0,1	0,92	0,36	259-П
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6		0,033	0,009	0	5,7	0,36 117-П
	Масло сливочное	5	0,02	4,12	0,04	37,4		0	0,005	0	0,6	0,01 111-П
	Сыр	5	1,16	1,48	0	18		0	0,015	0,035	44	0,05 7-М
	Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,43	14,31	71,1		0,04	0,14	1,17	113,4	0,09 514-П
	Итого	350	10,39	16,58	53,82	386,71		0,113	0,269	2,125	248,85	0,87
2 завтрак	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46		0,01	0,01	2	7	1,4 537-П
	Печенье	20	1,5	1,96	14,88	83,4		0,02	0,01	0	5,8	0,42 609-П
	Итого	120	2	2,06	24,98	129,4		0,03	0,02	2	12,8	1,82
Обед	Суп картофельный с бобовыми (с зеленым горошком)	180	1,66	3,06	10,89	77,76		0,14	0,04	6,25	13,68	0,67 149-П
	Шницель из говядины	60	10,68	10,5	8,58	171,6		0,05	0,1	0	23,4	1,68 386-П
	Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	120	2,48	4,56	25,44	104,8		0,06	0,08	12,24	48,8	1,76 440-П
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,4	0,02	24,98	101,7		0	0	0,36	28,64	1,12 376-М
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,6	72,4		0,07	0,03	0	14	1,56 116-П
	Итого	580	17,86	18,62	83,49	528,26		0,32	0,25	18,85	128,52	6,79
Полдник	Ватрушка с творогом	70	4,2	1,98	25,9	137,67		0,06	0,04	0	8,17	0,47 560-П
	Кисломолочный напиток	100	2,9	2,5	4	50		0,04	0,17	0,7	120	0,1 535-П
	Итого	170	7,1	4,48	29,9	187,67		0,1	0,21	0,7	128,17	0,57
	ИТОГО за день	1220	37,350	41,740	192,190	1232,040		0,563	0,749	23,675	518,340	10,050

Утверждено Руководитель учреждения Л.Н. Воробьева												
День среда Неделя: вторая Сезон: весенне-летний Возраст от 3 до 7 лет												
Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша рисовая вязкая	150	4,71	8,87	27,75	209,55	0,05	0,12	1,07	98,25	0,435	259-П
	Батон нарезной	40	3	1,16	20,56	104,8	0,044	0,012	0	7,6	0,48	117-П
	Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0	0,007	0	0,84	0,014	111-П
	Сыр	10	2,32	2,95	0	36	0,0024	0,03	0,07	88	0,1	7-М
	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	0,16	1,3	126	0,1	514-П
	Итого	407	13,27	21,46	64,27	481,71	0,1364	0,329	2,44	320,69	1,129	
2 завтрак	Сок яблочный	100	0,5	0,1	10,1	46	0,01	0,01	2	7	1,4	537-П
	Печенье	20	1,5	1,96	14,88	83,4	0,02	0,01	0	5,8	0,42	609-П
	Итого	120	2	2,06	24,98	129,4	0,03	0,02	2	12,8	1,82	
Обед	Суп картофельный с бобовыми (с зеленым горошком)	200	1,84	3,4	12,1	86,4	0,16	0,04	6,94	15,2	0,74	149-П
	Шницель из говядины	80	14,24	14	11,44	228,8	0,07	0,13	0	31,2	2,24	386-П
	Сложный гарнир (картофельное пюре с капустой тушеной)	150	3,11	5,7	31,8	131	0,08	0,11	15,3	61,01	2,21	440-П
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,44	0,02	27,76	113	0	0	0,4	31,82	1,24	376-М
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17	90,5	0,09	0,04	0	17,5	1,95	116-П
	Итого	680	22,93	23,72	100,1	649,7	0,4	0,32	22,64	156,73	8,38	
Полдник	Ватрушка с творогом	80	4,8	2,26	29,6	157,34	0,06	0,04	0	9,34	0,54	560-П
	Кисломолочный напиток	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1	535-П
	Итого	180	7,7	4,76	33,6	207,34	0,1	0,21	0,7	129,34	0,64	
	ИТОГО за день	1387	45,900	52,000	222,950	1468,150	0,666	0,879	27,780	619,560	11,969	

Утверждаю Руководитель учреждения И.Н. Воробьева											
День четверг Неделя: вторая Сезон: весенне-летний Возраст от 1,5 до 3 лет											
Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества		ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы						
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,28	3,95	14,24	109,5	0,06	0,15	0,69	123,3	0,27 171-П
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,033	0,009	0	5,7	0,36 117-П
	Повидло	7	0,03	0	4,55	18,34	0	0	0,04	0,98	0,09 86-П
	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,82	106,99	0,05	0,16	1,42	137	0,43 397-М
	Итого	367	10,23	8,01	50,03	313,43	0,143	0,319	2,15	266,98	1,15
2 завтрак	Молоко кипяченое	100	2,9	2,5	4,8	53	0,04	0,15	1,3	120	0,1 534-П
	Итого	100	2,9	2,5	4,8	53	0,04	0,15	1,3	120	0,1
Обед	Щи из свежей капусты и картофелем	180	1,26	3,58	5,6	59,76	0,04	0,04	13,3	24,48	0,58 147-П
	Сметана	9	0,23	1,35	0,32	14,58	0,003	0,009	0,036	7,92	0,018 488-П
	Макароник с мясом	150	16,82	11	31,26	291,57	0,14	0,17	0,36	25,79	2,07 292-М
	Соус томатный	15	0,16	0,56	1,04	9,84	0	0	0,23	0,68	0,06 462-П
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,6	72,4	0,07	0,03	0	14	1,56 116-П
	Компот из плодов сушеных (курага)	180	0,27	0	18,09	72,9	0	0	0,72	9	0,54 531-П
	Итого	574	21,38	16,97	69,91	521,05	0,253	0,249	14,646	81,87	4,828
Полдник	Овощ натуральный (огурец)	20	0,16	0,02	0,5	2,8	0,01	0,01	2	4,6	0,12 112-П
	Рыба, запеченная в омлете	60	9,54	4,68	1,92	88,2	0,05	0,08	0,3	24	0,6 343-П
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,033	0,009	0	5,7	0,36 117-П
	Чай с сахаром	180	0,09	0	13,5	54	0	0	0	4,5	0,36 502-П
	Итого	290	12,04	5,57	31,34	223,6	0,093	0,099	2,3	38,8	1,44
	ИТОГО за день	1331	46,550	33,050	156,080	1111,080	0,529	0,817	20,396	507,650	7,518

День четверг

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возраст от 3 до 7 лет

Утверждаю

Руководитель учреждения

Л.Н. Воробьева

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,7	5,26	18,98	146	0,08	0,2	0,92	164,4	0,36	171-П
	Батон нарезной	40	3	1,16	20,56	104,8	0,044	0,012	0	7,6	0,48	117-П
	Повидло	10	0,04	0	6,5	26,2	0	0	0,05	1,4	0,13	86-П
	Какао с молоком	200	3,72	3,66	24,96	144,48	0,02	0,14	0,6	130,38	0,82	397-М
	Итого	450	12,46	10,08	71	421,48	0,144	0,352	1,57	303,78	1,79	
2 завтрак	Молоко кипяченое	100	2,9	2,5	4,8	53	0,04	0,15	1,3	120	0,1	534-П
	Итого	100	2,9	2,5	4,8	53	0,04	0,15	1,3	120	0,1	
Обед	Щи из свежей капусты и картофеля	200	1,4	3,98	6,22	66,4	0,04	0,04	14,78	27,2	0,64	147-П
	Сметана	11	0,29	1,65	0,4	17,82	0,003	0,011	0,044	9,68	0,022	488-П
	Макаронник с мясом	170	19,06	12,46	35,43	330,45	0,15	0,19	0,41	29,22	2,35	292-М
	Соус томатный	30	0,32	1,12	2,08	19,68	0	0	0,47	1,35	0,11	462-П
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17	90,5	0,09	0,04	0	17,5	1,95	116-П
Полдник	Компот из плодов сушеных (курага)	200	0,3	0	20,1	81	0	0	0,8	10	0,6	531-П
	Итого	661	24,67	19,81	81,23	605,85	0,283	0,281	16,504	94,95	5,672	
	Овощ натуральный (огурец)	30	0,24	0,03	0,75	4,2	0,01	0,01	3	6,9	0,18	112-П
	Рыба, запеченная в омлете	80	12,72	6,24	2,56	117,6	0,07	0,11	0,4	32	0,8	343-П
	Батон нарезной	40	3	1,16	20,56	104,8	0,044	0,012	0	76	0,48	117-П
Итого за день	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	0	0	0	5	0,4	502-П
	Итого	350	16,06	7,43	38,87	286,6	0,124	0,132	3,4	119,9	1,86	
	ИТОГО за день	1561	56,090	39,820	195,900	1366,930	0,591	0,915	22,774	638,630	9,422	

Утверждено
Руководитель учреждения
Л.Н. Воробьева

Утверждено Руководитель учреждения Л.Н. Воробьева													
День пятница Неделя: вторая Сезон: весенне-летний Возраст от 1,5 до 3 лет													
Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	Fe	№ рецептуры	
			Белки	Жиры	Углеводы								
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	130	4,03	4,85	20,06	140,01	0,05	0,1			86,32	0,29 268-П	
	Батон нарезной	30	2,25	0,87	15,42	78,6	0,033	0,009	0	0	5,7	0,36 117-П	
	Масло сливочное	5	0,03	4,13	0,04	37,4	0	0,01	0	0	0,6	0,01 111-П	
	Сыр	5	1,16	1,48	0	18	0	0,015	0,035	0,035	44	0,05 7-М	
		Кофейный напиток с молоком	180	2,88	2,43	14,31	71,1	0,04	0,14	1,17	113,4	0,09 514-П	
	Итого	350	10,35	13,76	49,83	345,11	0,123	0,274	2,105	250,02	0,8		
2 завтрак	Кисломолочный напиток	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1 б/н		
	Итого	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1		
Обед	Овощи натуральные (помидор)	20	0,22	0,04	0,76	4,8	0,01	0,01	5	2,8	0,18 112-П		
	Суп картофельный с клецками	180	5,87	6,66	10,17	124,31	0,072	0,072	8,568	21,888	0,9 151-П		
	Соус томатный	15	0,16	0,56	1,04	9,84	0,002	0,002	0,234	0,675	0,056 462-П		
	Фрикадельки из птицы	60	8,87	7,91	5,77	129,75	0,036	0,066	0,29	24,3	0,744 308-М		
	Картофельное пюре	120	2,52	5,28	13,08	110,4	0,11	0,08	4,08	31,2	0,84 434-П		
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,6	72,4	0,07	0,03	0	14	1,56 116-П		
	Компот из свежих плодов (яблок)	180	0,45	0,18	20,79	86,4	0,02	0,02	3,87	19,8	0,99 526-П		
	Итого	615	20,73	21,11	65,21	537,9	0,32	0,28	22,042	114,663	5,27		
	Полдник	Вареники ленивые	80	11,31	8,61	10,94	166,48	0,03	0,16	0,15	71,24	0,38 331-П	
		Чай с сахаром	180	0,09	0	13,5	54	0	0	0	4,5	0,36 502-П	
	Плод свежий (банан)	95	1,43	0,48	19,95	91,2	0,04	0,05	9,5	7,6	0,57 118-П		
	Итого	355	12,83	9,09	44,39	311,68	0,07	0,21	9,65	83,34	1,31		
	ИТОГО за день	1420	46,810	46,460	163,430	1244,690	0,553	0,934	34,497	568,023	7,480		



Утверждаю
Руководитель учреждения

Л.Н. Воробьева

День пятница

Неделя: вторая

Сезон: весенне-летний

Возраст от 3 до 7 лет

Приём пищи	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества			ккал	B1	B2	C	Ca	P	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая	150	4,65	5,6	23,15	161,55	0,06	0,12	1,04	99,6	0,33	268-П
	Батон нарезной	40	3	1,16	20,56	104,8	0,044	0,012	0	7,6	0,48	117-П
	Масло сливочное	7	0,04	5,78	0,06	52,36	0	0,01	0	0,84	0,01	111-П
	Сыр	10	2,32	2,95	0	36	0,0024	0,03	0,07	88	0,1	7-М
2 завтрак	Кофейный напиток с молоком	200	3,2	2,7	15,9	79	0,04	0,16	1,3	126	0,1	514-П
	Итого	407	13,21	18,19	59,67	433,71	0,1464	0,332	2,41	322,04	1,02	
	Кисломолочный напиток	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1	б/н
	Итого	100	2,9	2,5	4	50	0,04	0,17	0,7	120	0,1	
Обед	Овощи натуральные (помидор)	30	0,33	0,06	1,14	7,2	0,02	0,01	7,5	4,2	0,27	112-П
	Суп картофельный с клецками	200	6,52	7,4	11,3	138,12	0,08	0,08	9,52	24,32	1	151-П
	Соус томатный	30	0,32	1,12	2,08	19,68	0,003	0,003	0,468	1,35	0,111	462-П
	Фрикадельки из птицы	80	22,8	26,63	2,05	338,78	0,048	0,088	0,392	32,4	0,992	308-М
	Картофельное пюре	150	3,15	6,6	16,35	138	0,14	0,11	5,1	39	1,05	434-П
	Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	17	90,5	0,09	0,04	0	17,5	1,95	116-П
	Компот из свежих плодов (яблок)	200	0,5	0,2	23,1	96	0,02	0,02	4,3	22	1,1	526-П
	Итого	740	36,92	42,61	73,02	828,28	0,401	0,351	27,28	140,77	6,473	
Полдник	Вареники ленивые	100	14,14	10,76	13,67	208,1	0,04	0,2	0,19	89,05	0,48	331-П
	Чай с сахаром	200	0,1	0	15	60	0	0	0	5	0,4	502-П
	Фрукт свежий (банан)	100	1,5	0,5	21	96	0,04	0,05	10	8	0,6	118-П
	Итого	400	15,74	11,26	49,67	364,1	0,08	0,25	10,19	102,05	1,48	
ИТОГО за день		1647	68,770	74,560	186,360	1676,090	0,667	1,103	40,580	684,860	9,073	