



## Меню приготовляемых блюд

Возрастная категория: сал. ГКДОУ №19 «Наушкан»

Идентификация блюда	Вес	Пищевая ценность			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 1. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>		<b>87,00</b>	<b>67,00</b>	<b>263,00</b>	<b>2034,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>						
Каша рисовая молочная жидкая	180/4	4,75	5,58	28,05	187,49	167/1
Чай с молоком	180	1,22	1,05	9,96	58,85	384/1
Бутерброды с сыром	50	5,73	6,60	14,81	141,56	499/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>11,70</b>	<b>13,23</b>	<b>52,82</b>	<b>385,90</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>						
Сок	100	0,50		10,10	43,30	408/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>		<b>0,50</b>		<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из моркови и яблок	60	0,55	6,10	4,29	74,27	10/1
Суп картофельный с рыбными консервами	200/37	6,84	10,58	15,13	183,02	215/1
Котлеты, биточки, шницели	70/30	13,70	11,86	8,25	195,82	255/1
Каша гречневая рассыпчатая	130	7,61	6,33	34,34	224,75	207/1
Компот из смеси сухофруктов	180	0,51	0,05	15,66	65,21	399/1
Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>32,26</b>	<b>35,52</b>	<b>97,82</b>	<b>840,47</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Крендель сахарный	60	4,61	3,49	33,92	185,43	415/1
Йогурт	200	8,60	4,00	12,40	120,00	252/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>13,21</b>	<b>7,49</b>	<b>46,32</b>	<b>305,43</b>	
<b>УЖИН</b>						
Залепанка из творога	150/50	25,01	9,78	31,40	329,17	195/1
Хлеб пшеничный 20/30	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0/1
Чай с молоком	200	1,35	1,15	10,18	59,52	384/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>28,64</b>	<b>11,18</b>	<b>56,34</b>	<b>459,01</b>	

Порядок листьев	Наименование блюда	Вес	Пищевая ценность в			Энергетическая ценность (ккал)	Мг витамин
			Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 2. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>74,00</b>	<b>69,00</b>	<b>248,00</b>	<b>1928,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Пудинг из творога паровой	150/50	25,55	12,36	36,97	363,99	199/3
	Какао с молоком сгущенным	180	2,77	1,70	18,92	104,13	389/1
	Бутерброд с маслом	30/4	2,31	3,14	14,81	98,76	495/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>30,73</b>	<b>17,20</b>	<b>70,70</b>	<b>566,88</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Фрукты 100	100	0,40	0,40	9,80	44,40	90/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы с чесноком	80	0,85	6,05	4,51	81,34	22/1
	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,69	5,38	7,44	94,57	82/1
	Жаркое по-домашнему	200	14,51	15,24	18,79	270,81	153/1
	Компот из свежих плодов или ягод	180	0,14	0,14	11,51	47,92	398/1
	хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,80	19,95	97,40	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>21,76</b>	<b>27,57</b>	<b>72,04</b>	<b>638,92</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Блинчики с вареньем	60	4,47	7,79	26,80	197,35	419/1
	Кефир	200	5,80	6,40	8,00	112,80	0/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>10,27</b>	<b>14,19</b>	<b>34,80</b>	<b>310,15</b>	
<b>УЖИН</b>	Макаронные изделия отварные	130	4,87	3,47	31,07	175,03	306/1
	Яйцо отварное	20	2,54	2,30	0,14	31,42	327/1
	Салат из кукурузы (консервированной)	60	1,23	3,42	6,25	81,13	12/1
	Чай с сахаром	200			7,99	31,98	381/1
	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>10,92</b>	<b>9,43</b>	<b>60,21</b>	<b>369,88</b>	

Планируемые блюда	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества в			Энергетическая ценность (ккал)	в рационале
			Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 3. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>58,00</b>	<b>63,00</b>	<b>255,00</b>	<b>1843,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша овсяная "Геркулес" жидкая	180/4	6,13	6,97	25,74	196,32	162/1
	Чай с молоком	180	1,22	1,05	9,96	56,85	384/1
	Бутерброд с маслом	30/4	2,31	3,14	14,81	96,76	495/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>9,66</b>	<b>11,18</b>	<b>50,51</b>	<b>349,93</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Фрукты 100	100	0,40	0,40	9,80	44,40	90/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из соевых огурцов с луком	60	0,56	3,07	1,89	36,60	19/1
	Суп - лапша домашняя	200	2,30	2,43	15,34	92,47	51/1
	Суфле из кур	70	23,22	25,82	3,62	336,25	442/1
	Рис отварной	130	3,32	3,37	34,83	182,95	191/1
	Компот из свежих плодов или ягод	180	0,14	0,14	11,51	47,92	398/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
	хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>34,11</b>	<b>35,59</b>	<b>96,78</b>	<b>840,47</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Вафли	-80	1,40	1,65	38,65	175,05	0/1
	Молоко кипяченое	200	6,09	6,25	9,67	124,32	405/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>7,49</b>	<b>6,90</b>	<b>48,52</b>	<b>299,37</b>	
<b>УЖИН</b>	Картофельное пюре на ужин	140	3,03	3,70	20,31	128,09	317/1
	Икра свекольная	60	0,97	4,66	6,33	76,26	328/1
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06		8,20	34,29	260/1
	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>6,34</b>	<b>8,60</b>	<b>49,60</b>	<b>308,96</b>	



Порция пшш	Наименование блюда	Вес	Пищевая ценность в			Энергетическая ценность (ккал)	Мг витамины
			Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 4. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>45,00</b>	<b>50,00</b>	<b>245,00</b>	<b>1645,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша пшеничная (кукурузная) жидкая	180	6,78	5,62	33,21	216,23	161/1
	Бутерброд с маслом	30/4	2,31	3,14	14,81	96,76	495/1
	Какао с молоком сгущенным	180	2,77	1,70	18,92	104,13	389/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>11,86</b>	<b>10,46</b>	<b>66,94</b>	<b>417,12</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Сок	100	0,50		10,10	43,30	408/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,50</b>		<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,18	6,07	3,88	74,92	28/1
	Свекольник	200	1,85	4,34	12,25	110,65	65/1
	Котлеты, биточки, шницели	70/30	13,70	11,66	8,25	195,82	255/1
	Макаронные изделия отварные	130	4,89	4,92	31,10	189,24	306/1
	Компот из свежих плодов или ягод	180	0,14	0,14	11,51	47,92	398/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>24,61</b>	<b>27,93</b>	<b>86,94</b>	<b>714,95</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	0/1
	Кисель из плодового или ягодного концентрата	200	0,11		1,62	7,56	394/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>3,31</b>	<b>8,40</b>	<b>35,87</b>	<b>232,96</b>	
<b>УЖИН</b>	Рагу из овощей	200	3,60	3,42	21,87	131,75	95/1
	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,23	0,24	14,76	70,32	0/1
	Чай с сахаром и лимоном	200	0,06		8,20	34,29	260/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>5,94</b>	<b>3,66</b>	<b>44,83</b>	<b>236,36</b>	

Наименование блюда	Вес	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 5. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>120</b>	<b>10,75</b>	<b>11,94</b>	<b>2,72</b>	<b>1785,00</b>
Омлет натуральный	120	10,75	11,94	2,72	163,31	188/1
Икра кабачковая порционная	60	1,14		4,62	71,10	5/1
Кофейный напиток с молоком	200	3,17	2,55	13,95	97,79	391/0
Бутерброды с сыром	50	5,73	6,60	14,91	141,56	499/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>20,79</b>	<b>20,99</b>	<b>36,11</b>	<b>473,76</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>						
Фрукты 100	100	0,40	0,40	9,50	44,40	90/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>		<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,60</b>	<b>44,40</b>	
<b>ОБЕД</b>						
Салат из свеклы и моркови	60	0,71	8,05	3,77	75,43	36/1
Суп картофельный с бобовыми	200	4,72	4,45	15,67	121,08	68/1
Тефтели из говядины с рисом	70/30	13,43	11,52	11,28	202,91	267/1
Картофельное пюре на обед	130	2,83	4,60	18,83	129,19	317/1
хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0/1
Компот из свежих плодов или ягод	180	0,14	0,14	11,51	47,92	398/1
Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>26,45</b>	<b>27,52</b>	<b>90,75</b>	<b>720,81</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Булочка "Ровесничья"	60	4,29	5,97	31,99	199,20	432/1
Сок	200	1,00		20,20	88,60	408/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>5,29</b>	<b>5,97</b>	<b>52,19</b>	<b>287,80</b>	
<b>УЖИН</b>						
Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,84	5,16	19,69	158,11	44/1
Чай с сахаром	200			7,99	31,98	381/1
Хлеб пшеничный 20/30	30	2,26	0,24	14,76	70,32	0/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>		<b>8,12</b>	<b>5,40</b>	<b>42,64</b>	<b>260,41</b>	



Группы блюд	Наименование блюда	Вес	Пищевая ценность в			Энергетическая ценность (ккал)	На-рециптуры
			б	ж	у		
<b>ДЕНЬ 6. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>75,00</b>	<b>57,00</b>	<b>224,00</b>	<b>1739,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша манная молочная жидкая	180	5,37	5,56	25,78	193,77	160/1
	Чай с молоком	180	1,22	1,05	9,99	50,85	384/1
	Бутерброды с сыром	50	5,73	6,60	14,81	141,56	499/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>12,32</b>	<b>13,21</b>	<b>53,55</b>	<b>392,18</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Сок	100	0,50		10,10	43,30	408/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,50</b>		<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,56	3,07	1,59	36,60	19/1
	Борщ с капустой и картофелем	200	1,40	3,73	8,74	87,05	62/1
	Котлеты, биточки, шницели	70/30	13,70	11,86	6,24	195,75	255/1
	Картофельное пюре на обед	130	2,63	4,60	18,63	129,19	317/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,51	0,05	15,66	65,21	399/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>22,05</b>	<b>23,91</b>	<b>73,11</b>	<b>611,20</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пирожки с картофелем	60	4,34	4,49	27,43	167,44	455/1
	Йогурт	-200	8,60	4,00	12,40	120,00	252/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>12,94</b>	<b>8,49</b>	<b>39,83</b>	<b>287,44</b>	
<b>УЖИН</b>	Сырники из творога	150/50	24,55	11,07	31,38	326,90	202/1
	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,28	0,24	14,76	70,32	0/1
	Кисель из плодового или ягодного концентрата	200	0,11		1,62	7,56	394/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>27,24</b>	<b>11,31</b>	<b>47,76</b>	<b>404,78</b>



**Меню приготовляемых блюд**  
 Возрастная категория: сад, ГКДОУ №19 «Ивушка»

Порядковый номер	Наименование блюда	Вес	Пищевая ценность			Энергетическая ценность (ккал.)	Математическая обработка
			Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 7. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>74,00</b>	<b>59,00</b>	<b>281,00</b>	<b>1991,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Пудинг творожный запеченный	150/50	23,57	7,26	29,46	259,29	201/1
	Какао с молоком сгущенным	180	2,77	1,70	18,92	104,13	389/1
	Бутерброд с маслом	30/4	2,31	3,14	14,81	90,76	495/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>28,65</b>	<b>12,10</b>	<b>63,19</b>	<b>469,18</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Фрукты 100	100	0,40	0,40	9,80	44,40	90/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,40</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из свеклы с яблоками	60	0,58	3,10	8,04	57,74	41/1
	Суп из овощей	200	1,78	4,82	9,26	98,79	74/1
	Рулет из говядины с яйцом	70/30	15,87	14,61	7,44	226,73	263/1
	Макаронные изделия отварные	130	4,89	4,92	31,10	168,24	306/1
	Компот из свежих плодов/ягод	180	0,14	0,14	11,91	47,92	398/1
	хлеб пшеничный 20/20	20	1,52	0,16	9,84	46,68	0/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>27,63</b>	<b>28,15</b>	<b>65,18</b>	<b>763,70</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Вафли	70	1,40	1,65	38,65	175,05	0/1
	Кефир	200	5,60	6,40	8,00	112,80	0/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>7,00</b>	<b>8,05</b>	<b>46,65</b>	<b>287,85</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Вареники с картофелем и луком	200	6,84	9,48	56,32	345,91	441/3
	Чай с молоком	200	1,35	1,16	10,18	59,52	364/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>10,19</b>	<b>10,64</b>	<b>66,50</b>	<b>405,43</b>	



**Менюготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: сад, ГКДОУ №19 «Ивушка»

Порядковый номер блюда	Наименование блюда	Вес	Пищевая ценность, г			Энергетическая ценность (ккал)	Мг. др. веществ
			Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 8. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>60,09</b>	<b>75,09</b>	<b>249,09</b>	<b>1954,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша "Дружба"	180	4,83	5,67	25,87	179,65	155/1
	Бутерброд с маслом	304	2,31	3,14	14,81	95,75	495/1
	Чай с молоком	150	1,21	1,05	9,98	58,85	384/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>8,35</b>	<b>9,86</b>	<b>50,64</b>	<b>333,25</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Фрукты	114	0,40	0,40	9,80	44,40	90/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из свеклы с солеными огурцами	60	0,65	6,04	3,26	73,95	21/1
	Суп картофельный с клецками	200	2,11	2,89	13,43	65,29	69/1
	Плов из отварной птицы	200	29,00	29,61	37,37	517,45	289/1
	Компот из свежих плодов или ягод	180	0,14	0,14	11,51	47,92	398/1
	хлеб пшеничный 20120	20	1,52	0,16	9,84	46,88	0/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>33,60</b>	<b>38,44</b>	<b>95,36</b>	<b>868,89</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка "Домашняя"	60	4,44	6,76	36,01	240,68	274/1
	Молоко кипяченое	-200	6,05	5,25	9,87	124,32	405/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>10,53</b>	<b>14,01</b>	<b>45,88</b>	<b>365,00</b>	
<b>УЖИН</b>	Картофель запеченный в сметанном соусе	200	4,45	11,21	24,25	249,29	119/3
	Чай с сахаром	200			7,99	31,98	381/1
	Хлеб пшеничный 20130	30	2,25	0,24	14,16	70,32	0/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>6,70</b>	<b>11,45</b>	<b>47,01</b>	<b>351,59</b>





Планируемые блюда	Вос.	Пищевая ценность в			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры	
		Б	Ж	У			
<b>ДЕНЬ 9. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>		<b>57,03</b>	<b>70,00</b>	<b>256,00</b>	<b>1919,00</b>		
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшениная молочная жидкая	180	6,81	6,37	32,26	219,29	165/1
	Бутерброд с маслом	30/4	2,31	3,14	14,81	96,76	495/1
	Кавказ с молоком сгущенным	180	2,77	1,70	18,92	104,13	389/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>11,89</b>	<b>11,21</b>	<b>66,99</b>	<b>420,18</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>							
	Сок	100	0,50		10,10	43,30	408/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,50</b>		<b>10,10</b>	<b>43,30</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Салат из моркови с зеленым горошком	60	1,18	6,07	3,65	74,52	28/1
	Рассольник ленинградский	200	2,04	6,51	13,63	123,77	64/1
	Гуляш из говядины	70/30	13,04	15,62	5,87	216,64	246/1
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,06	8,10	34,32	213,62	186/1
	Компот из свежих плодов или ягод	180	0,14	0,14	11,51	47,92	398/1
	хлеб пшеничный 20/20	20	1,62	0,16	9,84	46,88	0/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>28,58</b>	<b>33,20</b>	<b>99,20</b>	<b>821,05</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Печенье	50	3,20	6,40	34,26	225,40	0/1
	Молоко кипяченое	200	6,09	6,25	9,87	124,32	405/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>9,29</b>	<b>13,65</b>	<b>44,12</b>	<b>349,72</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Яйцо отварное	20	2,54	2,00	6,14	31,42	327/1
	Винегрет овощной	160	2,26	9,32	13,84	161,26	60/1
	Чай с сахаром	200			7,59	31,96	381/1
	Хлеб пшеничный 20/30	30	2,26	0,24	14,76	70,32	0/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>7,16</b>	<b>11,63</b>	<b>38,73</b>	<b>264,96</b>	



Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевая ценность в			Энергетическая ценность (ккал)	Льготные категории
			Б	Ж	У		
<b>ДЕНЬ 10. Энергетическая и пищевая ценность за день</b>			<b>59,00</b>	<b>63,00</b>	<b>224,00</b>	<b>1748,00</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет натуральный	120	13,73	11,94	2,72	163,31	188/1
	Зеленый горошек	80	2,68	0,13	4,25	26,29	329/1
	Кофейный напиток с молоком	200	3,17	3,84	13,96	97,79	391/0
	Бутерброды с сыром	50	3,73	6,60	14,21	141,56	499/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>			<b>21,83</b>	<b>21,12</b>	<b>36,74</b>	<b>428,95</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>	Фрукты 100	100	0,40	0,40	9,80	44,40	90/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>			<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>44,40</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из кукурузы (консервированной)	80	1,23	3,42	6,23	61,13	12/1
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,31	2,65	16,67	88,85	70/1
	Голубцы с мясом и рисом	200	16,18	18,62	12,28	317,62	151/1
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,31	0,06	15,68	65,21	399/1
	хлеб пшеничный 20120	20	1,02	0,18	9,84	46,86	0/1
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	0/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>			<b>23,80</b>	<b>26,40</b>	<b>80,03</b>	<b>687,08</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Булочка "Нежная"	80	4,67	9,70	35,90	248,90	425/3
	Сок	200	1,00		20,20	86,60	408/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>			<b>5,67</b>	<b>9,70</b>	<b>56,10</b>	<b>335,50</b>	
<b>УЖИН</b>	Суп молочный с крупой	200	5,00	5,09	18,97	150,70	43/1
	Чай с сахаром	200			7,99	31,98	381/1
	Хлеб пшеничный 20130	30	2,20	0,24	14,76	70,32	0/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>			<b>7,20</b>	<b>5,33</b>	<b>41,72</b>	<b>253,00</b>	