муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение «Дубенский детский сад «Светлячок»

«Н» февраля 2022г.
Заведующий МАДОУ
«Дубенский детский сад«Светлячок»
Зиновьева Г.Г.
Пр №33 от 01.03. 2022г

ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

для питания детей в возрасте от 1 до 3 и от 3 до7 лет, посещающих с 10.5 часовым пребыванием дошкольное образовательное учреждение

С. Дубенское

2022год

Пичан	5710F2	Выход	Пище	вые вещест	ва, г	Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
Прием пищи	Наименование блюда	блюда	Б	Ж	У			
				6.54	20,31	160,48	0,78	20
ень 1	Каша жидкая рисовая молочная	150	5,07	6,54	15,50	71,9	0	1
		35	2,31	3,94	0,34	31,5	0	48
	Бутерброды с маслом	20	2,54	2,30		91,8	0,63	53
	Яйца вареные	180	0,97	4,34	25,85	355,68	1,41	
ABTPAK	Чай с молоком или сливками	385	10,89	17,12	62,00	48,55	2,3	60
ΤΟΓΟ ΠΟ Γ	ТРИЕМУ ПИЩИ:	115	0,57	0,00	23,12	26,4	6	61
ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	60	0,24	0,24	5,88	74,95	8,3	
ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	175	0,81	0,24	29,00		3,8	2
того по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	40	0,57	2,36	4,14	37,56	3,0	
The same time	COPOT 42 CREVINI					110 50	24 525	10
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном	150	2,97	3,96	9,54	146,52	24,525	
ОБЕД	бульоне со сметаной	170	21,28	20,60	21,52	363,9	27,982	Z9 E7
ОБЕД	Жаркое по-домашнему	150	0,56	0,12	16,64	67,3		57
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов		2,11	0,38	10,69	55,68	A STATE OF THE PARTY OF THE PAR	67
ОБЕД	Хлеб ржаной	32	1,12	0,44	7,71	39,3		68
ОБЕД	Хлеб пшеничный	15	28,61	27,86	70,24	710,26	56,307	
ATOFO DO	ПРИЕМУ ПИЩИ:	557	5,74	6,62	38,61	315,76		51
NIOIOIO	Булочка домашняя	80	The state of the s	3,93	7,56	85,05	0,945	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	150	1,57	10,55	46,17	400,81	0,945	
ПОЛДНИК	ПРИЕМУ ПИЩИ:	230	7,31	55,77	207,41	1541,7	66,962	
MICHOLOLIN	TIPVIEWS TIVILLY	1347	47,62	The second secon	207,41	1541,7	66,962	
ИТОГО ЗА	HELD.	1347	47,62	55,77	207,41	1541,7	66,962	
итого за	ВЕСЬ ПЕРИОД:	1347	47,62	55,77	201,41	,,,,,,		
СРЕДНЕЕ Содержан выбраннь	ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: ие белков, жиров, углеводов в меню за		12,36	32,56	53,81	1541,7	17,37	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пип	те <mark>вые</mark> веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептуры
День 2			Б	Ж	у	ценность (ккал)	8.01
3ABTPAK	Kaula Magrad Burg.						
3ABTPAK	Каша жидкая пшённая молочная	150	5,60	6,63	19,66	161,33	21
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	1
3ABTPAK	Сыр (порциями)	9	2,09	2,66	0,00	32,4	70
	Чай с молоком или сливками	180	0,97	4,34	25,85	91,8	53
24DTD416	ПРИЕМУ ПИЩИ:	374	10,97	17,57	61,01	357,43	55
SABIPAK 2	Плоды и ягоды свежие (банан)	100	1,50	0,50	21,00	95	00
MICHOID	ПРИЕМУ ПИЩИ:	100	1,50	0,50	21,00	95	62
ОБЕД	Салат из икры кабачковой консервированной	40	0,68	2,00	6,32		
ОБЕД	Борщ с мясом со сметаной	150	11,62	7,24	10,08	17,98	5
ОБЕД	Рагу из овощей	120	2,74	7,04	15,70	152,81	14
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели рубленые	60	7,53	6,93		138,13	32
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	150	0,56	0,93	9,42	137,25	38
ОБЕД	Хлеб ржаной	32	2,11	0,12	16,64	67,3	57
ОБЕД	Хлеб пшеничный	15	1,12		10,69	55,68	67
Ι ΟΠ ΟΊΟΤΝ	ПРИЕМУ ПИЩИ:	567		0,44	7,71	39,3	68
	Ватрушки	80	26,36	24,15	76,56	608,45	
	Молоко кипяченое		8,01	6,46	36,72	248,64	49
того по г	ІРИЕМУ ПИЩИ:	150	1,57	3,93	7,56	85,05	56
ТОГО ЗА Д	EHb:	230	9,58	10,39	44,28	333,69	
	ЕСЬ ПЕРИОД:	1271	48,41	52,61	202,85	1394,57	
PETHEE 31	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1271	48,41	52,61	202,85	1394,57	
		1271	48,41	52,61	202,85	1394,57	
одержание ыбранные	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		13,89	33,95	58,18	1394,57	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пиц	цевые веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептурь
День 3			Б	Ж	У	ценность (ккал)	
SABTPAK	OMBOT HOTHOGEN W.X						
The state of the s	Омлет натуральный	85	5,54	10,15	2,00	156,99	25
3ABTPAK 3ABTPAK	Салат из горошка зеленого консервированного	40	1,19	1,66	20,28	133,2	7.
	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	4
3ABTPAK	Какао с молоком	180	1,71	3,40	30,28	111,6	55
2ABTDAKO	ПРИЕМУ ПИЩИ:	340	10,75	19,15	68,06	473,69	55
SABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
MATOFO DO	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,4	61
011010110	ПРИЕМУ ПИЩИ:	175	0,81	0,24	29,00	74,95	01
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы) / Овощи натуральные солёные (огурцы)	40	0,32	0,04	1,00		
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем с рыбой со сметаной	150	15,08	11,82	20,84	5,6 397,02	8
ОБЕД	Запеканка картофельная с печенью или мясом	160	7,42	4,27			12
ОБЕД	Соус сметанный	20	0,30	1,00	30,62	223,17	33
БЕД	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	1,20	14,82	45
	Хлеб ржаной	32	2,11	0,12	17,91	73,2	58
БЕД	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,36	10,69	55,68	67
того по г	ПРИЕМУ ПИЩИ:	567	26,47	18,07	7,71	39,3	68
ОЛДНИК	Морковь, тушенная с яблоками	80	1,00	2,10	89,97	808,79	1000
ОЛДНИК	Чай с сахаром	150	0,14		16,37	137,29	47
того по г	РИЕМУ ПИЩИ:	230	1,14	0,00	7,02	27,81	74
ТОГО ЗА Д	ЕНЬ:	1312	39,17	2,10	23,39	165,1	
ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:	1312		39,56	210,42	1522,53	
РЕДНЕЕ ЗН	АЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1312	39,17	39,56	210,42	1522,53	
	белков, жиров, углеводов в меню за	1312	39,17	39,56	210,42	1522,53	
ыбранные ,	дни в % от калорийности		10,29	23,38	55,28	1522,53	

Прием пи <mark>щи</mark>	Наименование блюда	Выход блюда	Пиц	(ев <mark>ые</mark> веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептуры
День 4			Б	Ж	У	ценность (ккал)	
3ABTPAK	OMDET HOTUPOR W.X						
3ABTPAK	Омлет натуральный	85	5,54	10,15	2,00	156,99	25
3ABTPAK	Салат из горошка зеленого консервированного	40	1,19	1,66	20,28	133,2	4
	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	1
3ABTPAK	Кофейный напиток с молоком	180	1,06	4,21	25,76	104,4	- I
OHOTOHO	ПРИЕМУ ПИЩИ:	340	10,10	19,96	63,54	466,49	54
SABIPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	00
SABIPAK 2	Плоды и ягоды свежие (груша)	55	0,22	0,17	5,67	25,3	60
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	170	0,79	0,17	28,79		63
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	40	0,62	1,63	3,61	73,85	•
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150	3,71	3,98		32,16	3
ОБЕД	Плов из птицы	170	19,11	20,26	13,68	104,65	13
БЕД	Компот из свежих плодов	150	0,12		60,67	357,19	43
БЕД	Хлеб ржаной	32	2,11	0,12	17,91	73,2	58
БЕД	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,38	10,69	55,68	67
того по г	ПРИЕМУ ПИЩИ:	557		0,44	7,71	39,3	68
ОЛДНИК	Лапшевник с творогом	80	26,79	26,81	114,27	662,18	
ОЛДНИК	Кисель из повидла, джема, варенья		5,79	6,18	16,10	226,06	27
того по г	ІРИЕМУ ПИЩИ:	150	0,00	0,00	10,21	39,65	59
ТОГО ЗА Д	EHb:	230	5,79	6,18	26,31	265,71	
TOFO 3A B	ЕСЬ ПЕРИОД:	1297	43,47	53,12	232,91	1468,23	
PEDHEE 31	АЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1297	43,47	53,12	232,91	1468,23	
		1297	43,47	53,12	232,91	1468,23	
одержание ыбранные	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		11,84	32,56	63,45	1468,23	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пиш	евые веще	ства, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	ж	У	Hennocip (KKaji)	50.00 50.00 50.00
День 5						*	
3ABTPAK	Каша жидкая манная молочная	150	5,32	6,52	18,69	155,49	22
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	1
3ABTPAK	Сыр (порциями)	9	2,09	2,66	0,00	32,4	70
3ABTPAK	Чай с молоком или сливками	180	2,77	2,25	11,54	77,49	53
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	374	12,49	15,37	45,73	337,28	- 33
3ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	100	0,40	0,40	9,80	44	75
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	100	0,40	0,40	9,80	44	13
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы) / Овощи натуральные солёные (огурцы)	40	0,32	0,04	1,00	5,6	8
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	150	1,77	3,95	9,43	156,25	11
ОБЕД	Пюре картофельное	120	1,45	3,47	29,70	113,02	41
ОБЕД	Рыба соленая (порциями)	60	10,50	10,50	0,00	86,4	42
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	150	0,56	0,12	16,64	67,3	57
ОБЕД	Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,69	55,68	67
	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,44	7,71	39,3	68
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	567	17,83	18,90	75,17	523,55	00
	Пряники	33	0,96	0,92	25,64	110,81	65
	Молоко кипяченое	170	1,95	5,71	8,38	107,1	73
итого по г	ПРИЕМУ ПИЩИ:	203	2,91	6,63	34,02	217,91	73
1ТОГО ЗА Д		1244	33,63	41,30	164,72	1122,74	
ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:	1244	33,63	41,30	164,72	1122,74	
РЕДНЕЕ З	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1244	33,63	41,30	164,72	1122,74	
одержание	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		11,98	33,11	58,69	1122,74	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пиш	евые веще	ства, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		оллода	Б	ж	У	ценность (ккал)	
Неделя 2 Д							- All Street
3ABTPAK	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,30	3,91	14,13	110,17	24
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	1
3ABTPAK	Яйца вареные	20	2,54	2,30	0,34	31,5	48
3ABTPAK	Кофейный напиток с молоком	180	1,06	4,21	25,76	104,4	54
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	385	10,21	14,36	55,73	317,97	
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	Вафли	15	0,33	0,42	12,16	51,32	66
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	130	0,90	0,42	35,28	99,87	
ОБЕД	Салат из свеклы	40	0,57	2,36	4,14	37,56	2
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	150	5,15	5,45	9,81	145,35	19
ОБЕД	Голубцы ленивые	160	15,92	14,96	20,48	288,08	31
ОБЕД	Соус сметанный	20	0,30	1,00	1,20	14,82	45
ОБЕД	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,12	17,91	73,2	58
ОБЕД	Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,69	55,68	67
	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,44	7,71	39,3	68
	ТРИЕМУ ПИЩИ:	567	25,29	24,71	71,94	653,99	
	Блинчики	80	1,82	2,66	28,90	216,66	52
	Чай с сахаром	150	0,14	0,00	7,02	27,81	74
итого по г	ІРИЕМУ ПИЩИ:	230	1,96	2,66	35,92	244,47	
ИТОГО ЗА Д		1312	38,36	42,15	198,87	1316,3	
	ЕСЬ ПЕРИОД:	1312	38,36	42,15	198,87	1316,3	
СРЕДНЕЕ ЗН	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1312	38,36	42,15	198,87	1316,3	
>одержание зыбранные	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		11,66	28,82	60,43	1316,3	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые вещес	тва, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
пищи		Олюда	Б	ж	У	цеппость (ккал)	
День 2							
3ABTPAK	Каша жидкая пшённая молочная	150	5,60	6,63	19,66	161,33	21
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	1
3ABTPAK	Сыр (порциями)	9	2,09	2,66	0,00	32,4	70
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	1,06	4,21	25,76	104,4	54
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	374	11,06	17,44	60,92	370,03	
ЗАВТРАК 2	Плоды и ягоды свежие (банан)	100	1,50	0,50	21,00	95	62
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	100	1,50	0,50	21,00	95	
ОБЕД	Салат из картофеля с солеными огурцами	40	0,54	2,08	3,43	35,06	6
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми с мясом	150	3,90	3,39	14,46	104,33	17
ОБЕД	Капуста тушеная	120	2,38	5,00	11,39	101,29	30
ОБЕД	Рыба, запеченная в омлете	60	8,35	4,31	1,99	89,87	40
ОБЕД	Кисель из повидла, джема, варенья	150	0,00	0,00	10,21	39,65	59
ОБЕД	Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,69	55,68	67
ОБЕД	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,44	7,71	39,3	68
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	567	18,40	15,60	59,88	465,18	
полдник	Сдоба обыкновенная (плюшка)	80	6,18	5,38	56,38	313,41	50
полдник	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	81	72
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	230	10,53	9,13	62,68	394,41	
ИТОГО ЗА Д	ДЕНЬ :	1271	41,49	42,67	204,48	1324,62	
	ВЕСЬ ПЕРИОД:	1271	41,49	42,67	204,48	1324,62	
	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1271	41,49	42,67	204,48	1324,62	
	е белков, жиров, углеводов в меню за е дни в % от калорийности		12,53	28,99	61,75	1324,62	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые веще	ства, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	ж	У	ценность (ккал)	59 (3020)
День 3	_						
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	150	22,28	16,03	30,22	370,5	26
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	1
3ABTPAK	Какао с молоком	180	1,71	3,40	30,28	111,6	55
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	365	26,30	23,37	76,00	554	
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2		15	0,98	1,70	11,95	62,1	64
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	130	1,55	1,70	35,07	110,65	04
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (помидоры)	40	0,44	0,08	1,52	9,6	9
ОБЕД	Суп картофельный с рыбными фрикадельками со сметаной	150	6,20	3,33	12,69	151,11	18
ОБЕД	Каша рассыпчатая гречневая	120	7,06	3,64	31,87	192	35
ОБЕД	Печень по-строгановски	70	8,72	6,30	6,10	150,53	37
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	150	0,56	0,12	16,64	67,3	57
	Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,69	55,68	67
	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,44	7,71	39,3	68
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	577	26,21	14,29	87,22	665,52	- 00
	Котлеты из овощей	80	1,61	5,19	9,19	182,1	46
	Молоко кипяченое	150	1,57	3,93	7,56	85,05	56
	ІРИЕМУ ПИЩИ:	230	3,18	9,12	16,75	267,15	30
ИТОГО ЗА Д	ЕНЬ:	1302	57,24	48,48	215,04	1597,32	
1ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:	1302	57,24	48,48	215,04	1597,32	
СРЕДНЕЕ ЗН	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1302	57,24	48,48	215,04	1597,32	
одержание ыбранные	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		14,33	27,32	53,85	1597,32	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пиц	цевые веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептуры
Понт		327027.52. 3.1.3 007	Б	ж	у	ценность (ккал)	(2) 第次型(
День 4	Tre						
3ABTPAK	Каша жидкая геркулесовая молочная	150	5,80	7,39	18,30	163,62	23
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	1
3ABTPAK	Яйца вареные	20	2,54	2,30	0,34	31,5	48
3ABTPAK	Кофейный напиток с молоком	180	1,06	4,21	25,76	104,4	54
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	385	11,71	17,84	59,90	371,42	34
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (груша)	55	0,22	0,17	5,67	25,3	60 63
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	170	0,79	0,17	28,79	73,85	03
ОБЕД	Винегрет-овощной	40	0,54	2,46	3,08	36,98	7
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной	150	7,29	7,20	12,49	144,3	7
ОБЕД	Капуста белокочанная или цветная, запеченная в соусе	120	3,55	12,95	8,69	285,6	16 34
ОБЕД	Котлеты или биточки рыбные запеченные	60	6,56	3,19	5,87	88,44	39
БЕД	Компот из сушеных фруктов	150	0,56	0,12	16,64	67,3	57
БЕД	Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,69	55,68	67
БЕД	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,44	7,71	39,3	68
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	567	21,73	26,74	65,17	717,6	00
ОЛДНИК	Сырники из творога	90	12,57	10,91	13,63	299,88	28
олдник	Молоко кипяченое	150	1,57	3,93	7,56	85,05	Property and the second
того по г	ІРИЕМУ ПИЩИ:	240	14,14	14,84	21,19	384,93	56
ТОГО ЗА Д		1362	48,37	59,59	175,05		
ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:	1362	48,37	59,59		1547,8	
РЕДНЕЕ ЗН	АЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1362	48,37	59,59	175,05 175,05	1547,8	
одержание	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности	.002	12,50	34,65	45,24	1547,8 1547,8	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые вещес	тва, г	Энергетическая ценность (ккал)	Nº рецептуры
3211		оллода	Б	ж	У	deminor in (kkan)	
День 5							
3ABTPAK	Каша жидкая манная молочная	150	5,32	6,52	18,69	155,49	22
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	35	2,31	3,94	15,50	71,9	1
3ABTPAK	Какао с молоком	180	1,71	3,40	30,28	111,6	55
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	365	9,34	13,86	64,47	338,99	
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	60	0,24	0,24	5,88	26,4	61
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	175	0,81	0,24	29,00	74,95	
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	40	0,62	1,63	3,61	32,16	3
ОБЕД	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	150	2,99	4,05	11,31	92,99	15
ОБЕД	Макаронные изделия отварные с маслом	110	0,76	2,49	19,48	116,43	36
ОБЕД	Птица тушеная	60	12,98	13,72	1,49	181,23	44
ОБЕД	Кисель из повидла, джема, варенья	150	0,00	0,00	10,21	39,65	59
ОБЕД	Хлеб ржаной	32	2,11	0,38	10,69	55,68	67
	Хлеб пшеничный	15	1,12	0,44	7,71	39,3	68
	ТРИЕМУ ПИЩИ:	557	20,58	22,71	64,50	557,44	
	Печенье	33	2,14	3,73	26,30	136,62	69
	Кефир	170	4,93	4,25	6,80	85	71
	ТРИЕМУ ПИЩИ:	203	7,07	7,98	33,10	221,62	
ИТОГО ЗА Д		1300	37,80	44,79	191,07	1193	
	ЕСЬ ПЕРИОД:	1300	37,80	44,79	191,07	1193	
СРЕДНЕЕ ЗІ	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1300	37,80	44,79	191,07	1193	
>одержание зыбранные	е белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		12,67	33,79	64,06	1193	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые веще	ства, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		(33,113	Б	Ж	У	dennocia (kkaji)	
Неделя 1 Д							
3ABTPAK	Каша жидкая рисовая молочная	200	6,64	8,72	28,78	213,98	20
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK	Яйца вареные	20	2,54	2,30	0,34	31,5	48
3ABTPAK	Чай с молоком или сливками	200	1,08	4,82	28,72	102	53
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	465	13,23	20,91	82,27	458,38	
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	70	0,28	0,28	6,86	30,8	61
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	185	0,85	0,28	29,98	79,35	
ОБЕД	Салат из свеклы	60	0,85	3,53	6,22	56,34	2
	Щи из свежей капусты с картофелем на мясном						-
ОБЕД	бульоне со сметаной	200	3,96	5,28	12,72	215,36	10
ОБЕД	Жаркое по-домашнему	210	26,17	26,23	26,59	449,53	29
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	200	0,68	0,14	20,16	81,64	57
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	67
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,4	68
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	730	35,80	36,24	89,33	924,87	
	Булочка домашняя	100	7,18	8,27	58,26	394,7	51
	Молоко кипяченое	180	1,89	4,72	9,07	102,06	56
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	280	9,07	12,99	67,33	496,76	
ИТОГО ЗА Д		1660	58,95	70,42	268,91	1959,36	
ATOLO 3V E	ЕСЬ ПЕРИОД:	1660	58,95	70,42	268,91	1959,36	
РЕДНЕЕ 31	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1660	58,95	70,42	268,91	1959,36	
;одержание зыбранные	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		12,04	32,44	54,80	1959,36	9-19-2 T. D. S.

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пип	цевые веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептуры
День 2			Б	Ж	У	ценность (ккал)	
ЗАВТРАК	Каша жидкая пшённая молочная						
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	200	7,56	8,94	26,22	215,1	21
ЗАВТРАК	Сыр (порциями)	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK		14	3,25	4,13	0,00	50,4	70
	Кофейный напиток с молоком ПРИЕМУ ПИЩИ:	200	1,18	4,68	28,62	116	54
BARTPAKO	Продели в проделения	459	14,96	22,82	79,27	492,4	- 34
ATOFO DO	Плоды и ягоды свежие (банан) ПРИЕМУ ПИЩИ:	100	1,50	0,50	21,00	95	62
ОБЕД	Генему пищи:	100	1,50	0,50	21,00	95	02
ОБЕД	Салат из картофеля с солеными огурцами	60	0,82	3,13	5,14	52,59	-
рьед рьед	Суп картофельный с бобовыми с мясом	200	5,10	4,50	19,28	219,1	6
ОБЕД	Капуста тушеная	140	2,77	5,84	13,29		17
	Рыба, запеченная в омлете	80	11,13	5,74	2,66	118,17	30
ОБЕД	Кисель из повидла, джема, варенья	200	0,00	0,00	14,24	119,83	40
БЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48		55,36	59
БЕД	Хлеб пшеничный	17	1,50	0,58	13,36	69,6	67
100000	ТРИЕМУ ПИЩИ:	740	23,96	20,27	10,28	52,4	68
ОЛДНИК	Сдоба обыкновенная (плюшка)	100	7,73		78,25	687,05	
ОЛДНИК	Ряженка	180	5,22	6,72	70,48	391,76	50
того по г	ІРИЕМУ ПИЩИ:	280		4,50	7,20	90	72
ТОГО ЗА Д		1579	12,95	11,22	77,68	481,76	
ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:	and the same of th	53,37	54,81	256,20	1756,21	
РЕДНЕЕ ЗН	АЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1579	53,37	54,81	256,20	1756,21	
		1579	53,37	54,81	256,20	1756,21	
ыбранные	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		12,16	28,17	58,26	1756,21	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые вещес	тва, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		олюди	Б	ж	у	dennocia (kkaji)	
День 3							
3ABTPAK	Омлет натуральный	100	6,52	11,94	2,35	184,7	25
ЗАВТРАК	Салат из горошка зеленого консервированного	60	1,79	2,48	30,43	199,81	4
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK	Какао с молоком	200	1,90	3,78	33,64	124	55
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	405	13,18	23,27	90,85	619,41	
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	70	0,28	0,28	6,86	30,8	61
итого по і	ПРИЕМУ ПИЩИ:	185	0,85	0,28	29,98	79,35	
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы) / Овощи натуральные солёные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4	8
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем с рыбой со сметаной	200	20,10	15,76	27,78	529,36	12
ОБЕД	Запеканка картофельная с печенью или мясом	200	9,28	5,34	58,90	318,96	33
ОБЕД	Соус сметанный	30	0,44	1,50	1,80	22,23	45
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	97,6	58
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	67
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,4	68
	ТРИЕМУ ПИЩИ:	750	34,60	23,88	137,50	1098,55	
полдник	Морковь, тушенная с яблоками	100	1,25	2,63	20,46	171,61	47
полдник	Чай с сахаром	200	0,18	0,00	9,36	37,08	74
	ІРИЕМУ ПИЩИ:	300	1,43	2,63	29,82	208,69	
ИТОГО ЗА Д		1640	50,06	50,06	288,15	2006,00	
ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:	1640	50,06	50,06	288,15	2006,00	
СРЕДНЕЕ ЗН	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1640	50,06	50,06	288,15	2006,00	
Содержание зыбранные	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		9,98	22,51	57,38	2006,00	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые вещес	тва, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	ж	У	democi (kkan)	
День 4							
3ABTPAK	Омлет натуральный	100	6,52	11,94	2,35	184,7	25
3ABTPAK	Салат из горошка зеленого консервированного	60	1,79	2,48	30,43	199,81	4
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK	Кофейный напиток с молоком	200	1,18	4,68	28,62	116	54
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	405	12,46	24,17	85,83	611,41	
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (груша)	70	0,28	0,21	7,21	32,2	63
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	185	0,85	0,21	30,33	80,75	- 00
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60	0,93	2,45	5,41	48,25	3
	Борщ с капустой и картофелем на курином				1	10,20	
ОБЕД	бульоне со сметаной	200	4,58	5,26	16,14	129,26	13
ОБЕД	Плов из птицы	210	23,60	25,16	95,95	483,23	43
ОБЕД	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	97,6	58
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	67
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,4	68
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	730	41,00	34,09	165,02	880,34	
	Лапшевник с творогом	100	7,24	7,73	30,30	292,58	27
толдник	Кисель из повидла, джема, варенья	200	0,00	0,00	14,24	55,36	59
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	300	7,24	7,73	44,54	347,94	
ATOFO 3A D		1620	53,96	66,20	325,72	1920,44	
TOFO 3A B	ВЕСЬ ПЕРИОД:	1620	53,96	66,20	325,72	1920,44	
СРЕДНЕЕ 31	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1620	53,96	66,20	325,72	1920,44	
одержание ыбранные	е белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		11,24	31,11	67,80	1920,44	

Прием	Наименование блюда	Выход блюда	Пиш	евые веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У	ценность (ккал)	0 57 245
День 5	The state of the s						
3ABTPAK	Каша жидкая манная молочная	200	7,10	8,70	24,92	207,32	22
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK	Сыр (порциями)	14	3,25	4,13	0,00	50,4	70
ЗАВТРАК	Чай с молоком или сливками	200	3,08	2,50	12,82	86,1	53
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	459	16,40	20,40	62,17	454,72	33
3ABTPAK 2	? Плоды и ягоды свежие (яблоко)	114	0,46	0,46	11,17	50,16	75
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	114	0,46	0,10	11,17	50,16	75
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (огурцы) / Овощи натуральные солёные (огурцы)	60	0,48	0,06	1,50	8,4	8
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем с мясом со сметаной	200	2,34	5,26	12,58	228,34	11
ОБЕД	Пюре картофельное	150	1,82	4,34	37,12	141,27	41
ОБЕД	Рыба соленая (порциями)	80	14,00	14,00	0,00	115,2	42
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	200	0,68	0,14	20,16	81,64	57
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	67
БЕД	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,4	68
того по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	750	23,46	25,00	95,00	698,85	00
ЮЛДНИК		50	1,45	1,40	38,85	167,9	65
	Молоко кипяченое	200	2,30	6,72	9,86	126	73
ΤΟΓΟ ΠΟ Ι	ПРИЕМУ ПИЩИ:	250	3,75	8,12	48,71	293,9	13
ΤΟΓΟ 3Α Γ		1573	44,07	53,84	217,05	1495,63	
ТОГО ЗА Е	ВЕСЬ ПЕРИОД:	1573	44,07	53,84	217,05		
РЕДНЕЕ 3	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1573	44,07	53,84	217,05	1495,63 1495,63	
одержание ыбранны <mark>е</mark>	е белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		11,79	32,52	57,94	1495,63	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пиц	евые веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептуры
			Б	Ж	У	ценность (ккал)	- 500 - 500
Неделя 2 Д							
3ABTPAK	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,74	5,22	18,24	146,9	24
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK	Яйца вареные	20	2,54	2,30	0,34	31,5	48
3ABTPAK	Кофейный напиток с молоком	200	1,18	4,68	28,62	116	54
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	465	12,43	17,27	71,63	405,3	- 34
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	? Вафли	30	0,66	0,84	24,33	132,63	66
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	145	1,23	0,84	47,45	181,18	00
ОБЕД	Салат из свеклы	60	0,85	3,53	6,22	56,34	2
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	200	6,86	7,26	13,08	193,8	2
ОБЕД	Голубцы ленивые	200	19,90	18,70	25,60	380,1	19
ОБЕД	Соус сметанный	30	0,44	1,50	1,80	22,23	31
ОБЕД	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	23,88	97,6	45
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36		58
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	77,6	67
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	750	32,35	32,21	94,22	52,4	68
ТОЛДНИК	Блинчики	100	2,28	3,32	36,12	880,07	50
ТОЛДНИК	Чай с сахаром	200	0,18			270,83	52
ИТОГО ПО І	ПРИЕМУ ПИЩИ:	300		0,00	9,36	37,08	74
ATOFO 3A L	ІЕНЬ:	1660	2,46	3,32	45,48	307,91	
	ВЕСЬ ПЕРИОД:	1660	48,47	53,64	258,78	1774,46	
РЕДНЕЕ 3	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		48,47	53,64	258,78	1774,46	
	A Same of the Control	1660	48,47	53,64	258,78	1774,46	
ыбранные	е белков, жиров, углеводов в меню за едни в % от калорийности		10,92	27,28	58,25	1774,46	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пип	цевые веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептуры
День 2	День 2		Б	Ж	У	ценность (ккал)	
ЗАВТРАК	Каша уилкая пиённая						
3ABTPAK	Каша жидкая пшённая молочная	200	7,56	8,94	26,22	215,1	21
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK	Сыр (порциями)	14	3,25	4,13	0,00	50,4	70
	Чай с молоком или сливками	200	1,08	4,82	28,72	102	53
3APTDAK 2	ПРИЕМУ ПИЩИ:	459	14,86	22,96	79,37	478,4	33
MTOFO DO	Плоды и ягоды свежие (банан)	100	1,50	0,50	21,00	95	62
OFFE	ПРИЕМУ ПИЩИ:	100	1,50	0,50	21,00	95	02
ОБЕД	Салат из икры кабачковой консервированной	60	1,02	2,99	9,48	26,97	-
ОБЕД	Борщ с мясом со сметаной	200	14,06	8,96	13,08	190,06	5
ОБЕД	Рагу из овощей	140	3,19	8,22	18,31		14
ОБЕД	Котлеты, биточки, шницели рубленые	80	10,04	9,24	12,56	161,15	32
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	200	0,68	0,14	20,16	183	38
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	81,64	57
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,48		69,6	67
того по г	ТРИЕМУ ПИЩИ:	740	33,13		10,28	52,4	68
ТОЛДНИК	Ватрушки	100	10,01	30,61	97,23	764,82	
ОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	1,89	8,07	45,90	310,8	49
того по г	ІРИЕМУ ПИЩИ:	280		4,72	9,07	102,06	56
ТОГО ЗА Д	ЕНЬ:	1579	11,90	12,79	54,97	412,86	
ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:		61,39	66,86	252,57	1751,08	
РЕДНЕЕ ЗН	АЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1579	61,39	66,86	252,57	1751,08	
		1579	61,39	66,86	252,57	1751,08	
ыбранные _.	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		14,03	34,47	57,60	1751,08	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищ	евые вещес	ства, г	Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
		олюда	Б	ж	У	Hennocia (kkaji)	
День 3					*		
3ABTPAK	Запеканка из творога	180	26,73	19,24	36,27	444,6	26
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK	Какао с молоком	200	1,90	3,78	33,64	124	55
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	425	31,60	28,09	94,34	679,5	- 00
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	Печенье	30	1,95	3,39	23,91	124,2	64
	ПРИЕМУ ПИЩИ:	145	2,52	3,39	47,03	172,75	
ОБЕД	Овощи натуральные свежие (помидоры)	60	0,66	0,12	2,28	14,4	9
	Суп картофельный с рыбными фрикадельками					1.,,,	
ОБЕД	со сметаной	200	8,26	3,36	16,92	221,48	18
ОБЕД	Каша рассыпчатая гречневая	150	8,82	4,54	39,84	240	35
ОБЕД	Печень по-строгановски	90	11,04	8,05	7,85	193,54	37
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	200	0,68	0,14	20,16	81,64	57
ОБЕД	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	67
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,49	10,28	52,4	68
итого по і	ТРИЕМУ ПИЩИ:	760	33,60	17,27	110,69	873,06	
	Котлеты из овощей	100	2,84	6,48	10,80	193,91	46
	Молоко кипяченое	180	1,89	4,72	9,07	102,06	56
ΙΤΟΓΟ ΠΟ Ι	ПРИЕМУ ПИЩИ:	280	4,73	11,20	19,87	295,97	
ATOLO 39 E		1610	72,45	59,95	271,93	1941,28	
TOPO 3A E	ЕСЬ ПЕРИОД:	1610	72,45	59,95	271,93	1941,28	
РЕДНЕЕ 3	НАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1610	72,45	59,95	271,93	1941,28	
одержание	е белков, жиров, углеводов в меню за				a construction		.'
ыоранные	дни в % от калорийности		14,94	27,86	55,94	1941,28	

Прием	Наименование блюда	Выход блюда	Пиш	цевые веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептурь
		эглэда	Б	ж	У	ценность (ккал)	WAS 38 850
День 4	Tec						
3ABTPAK	Каша жидкая геркулесовая молочная	200	7,74	9,86	24,40	218,16	23
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	45	2,97	5,07	24,43	110,9	1
3ABTPAK	Яйца вареные	20	2,54	2,30	0,34	31,5	48
3ABTPAK	Кофейный напиток с молоком	200	1,18	4,68	28,62	116	54
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	465	14,43	21,91	77,79	476,56	04
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
3ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (груша)	70	0,28	0,21	7,21	32,2	63
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	185	0,85	0,21	30,33	80,75	03
ОБЕД	Винегрет овощной	60	0,81	2,50	4,61	55,46	7
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками со сметаной	200	9,72	9,60	16,66	SWIGHT DO	
ОБЕД	Капуста белокочанная или цветная, запеченная в соусе	140	6,10	8,37	9,83	212,4	<u>16</u> 34
ОБЕД	Котлеты или биточки рыбные запеченные	80	8,75	4,26	7,82	117,92	39
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	200	0,68	0,14	20,16	81,64	57
	Хлеб ржаной	40	2,64	0,48	13,36	69,6	67
	Хлеб пшеничный	20	1,50	0,58	10,28	52,4	68
	РИЕМУ ПИЩИ:	740	30,20	25,93	91,46	800,54	00
ОЛДНИК	Сырники из творога	120	16,76	14,54	18,18	399,84	28
олдник	Молоко кипяченое	180	1,89	4,72	9,07	102,06	56
того по г	РИЕМУ ПИЩИ:	300	18,65	19,26	27,25	501,9	50
ТОГО ЗА Д	ЕНЬ:	1690	64,13	67,31	218,09	1859,75	
ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:	1690	64,13	67,31	218,09		
	АЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1690	64,13	67,31	218,09	1859,75 1859,75	
одержание ыбранные ,	белков, жиров, углеводов в меню за дни в % от калорийности		13,80	32,67	46,77	1859,75	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пис	цевые веще	ства, г	Энергетическая	№ рецептуры
День 5		0.03	Б	Ж	У	ценность (ккал)	p = qom y p bi
3ABTPAK	Каша жидкая манная молочная						
3ABTPAK	Бутерброды с маслом	200	7,10	8,70	24,92	207,32	22
3ABTPAK	Какао с молоком	45	2,97	5,07	24,43	110.9	1
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	200	1,90	3,78	33,64	124	55
3ABTPAK 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	445	11,97	17,55	82,99	442,22	55
3ABTPAK 2	Плоды и ягоды свежие (яблоко)	115	0,57	0,00	23,12	48,55	60
итого по	ПРИЕМУ ПИЩИ:	70	0,28	0,28	6,86	30,8	60
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	185	0,85	0,28	29,98	79,35	61
	Рассольник понимитродомий	60	0,93	2,45	5,41	48,25	
ОБЕД	Рассольник ленинградский на курином бульоне со сметаной	200	2.00				3
ОБЕД	Макаронные изделия отварные с маслом	150	3,98 1,03	5,40	15,08	123,98	15
	ттица тушеная	80		3,39	26,56	158,77	36
ОБЕД	Кисель из повидла, джема, варенья	200	17,31	18,29	1,99	241,64	44
ОВЕД	хлео ржаной	40	0,00	0,00	14,24	55,36	59
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	2,64	0,48	13,36	69,6	67
ΛΤΟΓΟ ΠΟ Γ	ПРИЕМУ ПИЩИ:		1,50	0,58	10,28	52,4	68
ІОЛДНИК	Печенье	750	27,39	30,59	86,92	750	
олдник	Кефир	50	3,25	5,65	39,85	207	69
того по п	РИЕМУ ПИЩИ:	200	5,80	5,00	8,00	100	71
ІТОГО ЗА Д	ЕНЬ:	250	9,05	10,65	47,85	307	
ТОГО ЗА В	ЕСЬ ПЕРИОД:	1630	49,26	59,07	247,74	1578,57	
РЕДНЕЕ ЗН	АЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:	1630	49,26	59,07	247,74	1578,57	
одержание	белков, жиров, углеводов в меню за	1630	49,26	59,07	247,74	1578,57	
ыбранные д	дни в % от калорийности		12,49	33,79	62,70	1578,57	