

## Десятидневное меню

для организации питания детей от 1 до 3 лет в МАДОУ Д/С 21 (ЗИМНЕ - ВЕСЕННИЙ ПЕРИОД)

При	Νº	Наименование блюда	Выход		ищевые		Энергет	Вита
ём	рец		блюда	Б	Ж	У	ическая	мин
пищ	епту	,	1				ценное	•
День 7	7 (зим	a 1-3)=1						
	1	Завтрак			T	1		
	105	Бутерброд с сыром российским	35	4,45	5,63	12,87	119,98	0,07
		Каша пшённая жидкая с сахаром	150	3,86	1,10		131,34	3,86
	395	Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,00	-	69,88	0,98
		Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,18	9,50
Фактич	ческое	е содержание, г	430,0	11,0	9,1	59,3	363,4	14,4
		менее	350-45C	10,5	11,75	50,8	350,0	, .
	7 : 7 :					20/0	200,0	
		2 завтра	<u> </u>			J		
		Сок овощной, фруктовый и ягодный	150	0,45	0,15	22,80	94,4	8
		Кондитерское изделие	20	4,1	2,3	13,2	89,9	
				-,,=		==7		
Фактич	ческоє	е содержание, г		4,55	2,45	36,0	184,3	8
		менее		2,1	2,4	10,2	70,0	
	, ,				,	-,	-,-	
,		Обед	<u>'</u>	Ц	Į.	ı.		
		Салат из квашеной капусты с зеленым гор	30	0,25	1,17	2,58	21,85	0,05
	84	Суп с рыбными фрикадельками	180	9,82	3,89		129,57	6,56
		Суфле мясное из говядины с тыквой	60	8,64	3,16	0,09	63,36	-
	320	Овощи отварные с маслом	100	1,31	2,59	5,18	49,27	3,69
		Кисель из сушеных фруктов	150	0,17	0,01	24,80	99,97	0,11
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	68,32	
Фактич	ческое	е содержание, г	560,00	22,58	10,13	57,25	410,49	10,36
Норма	, г, не	менее	450-550	14,70	16,45	71,05	490,00	
		Ужин (уплотнённы	 й полдник)					
	40	Салат из моркови и яблок	40	0,34	2,09	3,15	32,76	2,78
	236	Пудинг из творога с рисом (запеченый)	130	19,68	13.99	31,63	331,14	0,34
	362	Соус фруктовый (яблочный)	15	0,07	0,01	9,7	31,07	0,31
	400	Молоко кипяченое	180	5, <del>4</del> 8	4,88	9,07	102,12	2,46
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Фактич	ческоє	е содержание, г	385,00	26,81	5,09	60,06	511,09	3,11
Норма	, г, не	менее	400-500	14,70	16,45	71,05	490,00	
итого	) за 1 <i>р</i>	цень		65,0			1469,2	
Норма	, г, не	менее		42,0	47,0	203,0	1400,0	
		I .						

При	Nº	Наименование блюда	Выхол	Пищевь	е веше	ства	Энерг	Витам
ём	рец	4	блюда,	Б	Ж	У	етичес	
ои.	епт		- С				кая	ин С
	3 (зи	ма 1-3)=2	•					
	•	Завтра	K					
	6	Бутерброд с маслом сливочным	35	2,14	6,61	12,79	119,20	
	185	Каша гречнево-пшёная жидкая с сахаром	130	3,44	0,98	24,70	121,38	
	217	Омлет с морковью	60	5,7	10,8		130,40	1,1
		Оладьи из печени " по-Кунцевски"	50	10,6	7,91	7,44	143,35	15,48
		Кофейный напиток с молоком	150	2,34	2,00	10,63	69,88	0,98
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
Факт	ическ	I ое содержание, г	445,0	25,5	28,5	64,8	618,4	17,6
Норм	ıа, г, ⊦	не менее	350-450	10,5	11,75	50,8	350,0	
					•		·	
		2 завтра	ак					
	399	Сок овощной, фруктовый и ягодный	150	0,60	0,20	30,40	125,8	8
Факт	ическ	ое содержание, г		0,6	0,2	30,4	125,8	8
Норм	ıа, г, ⊦	не менее		2,1	2,4	10,2	70,0	
		Обед						
		Салат из моркови и яблок	40	0,34	2,09	·		
		Щи из квашенной капусты с картофелем	180	•	3,50			
		Пудинг из говядины Г.	60	7,71	6,21	·		0,30
		Каша рассыпчатая Г.	100	4,20	2,55	·		
		Кисель из сока	150	3,78	3,41			
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Факт	ическ	I ое содержание, г	550	18,78	17,96	72,90	527,33	13,94
		не менее	450-550		16,45		490,0	
	, ,			•	•	•	•	
		Ужин (уплотнён	ный полдник					
	55	Икра овощная	40	0,52	1,65	2,86	28,37	1,75
	261	Тефтели рыбные тушёные	60	7,18	2,79	7,26	82,87	0,09
	319	Картофель в молоке	120	2,81	2,98	15,79	101,27	12,93
	460	Пирожки печеные из дрожевого теста	35	4,41	1,99	12,70	86,35	0,04
	394	Чай с молоком	160	2,67	2,34	14,31	88,98	1,20
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
Факт	ическ	ое содержание, г	455	20,49	12,19	69,264	468,76	16
Норм	ıа, г, ⊦	не менее 	400-500	14,70	16,45	71,05	490,00	
итог	 	<u> </u> L день		65,4	58,9	237 4	1740,3	55,5
		не менее		42,0	47,0			
	, , , ,			,0	.,,0		00,0	

При	Nº	Наименование блюда	Выход	Пищевы	е веше	ства	Энерг	Витам
ём	реце		блюда, г	Б	ж	У	етичес	ин С
пищ	птур						кая	
День 6	(зимс	1-3)=3						
		Завтрак	<u> </u>	ı	1		1	
	90	Суп молочный рисовый Зразы из творога с изюмом	130 50		3,44 5,38	9,34 12,17	80,88 127,36	0,65
		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·			-		-	
	397	Какао с молоком Хлеб пшеничный	180 20		2,72 0,20	12,96 9,66	88,92 46,76	1,20
			20	,	0,20	,	,	
Фактич	ческое	содержание, г	380,0	15,4	11,7	44,1	343,9	1,9
Норма,		· ·	350-450		•		350,0	1,3
порма,	, 1 , 110	rence	330 130	10,5	11,73	30,0	330,0	
ı		2 завтра	ĸ	l		l		
		Сок овощной, фруктовый и ягодный	180	0,60	0,20	30,40	125,8	8
		Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,18	9,50
Фактич	ческое	содержание, г		0,98	0,58	39,7	168,0	
Норма,	, г, не	менее		2,1	2,4	10,2	70,0	
		Обед	1					
		Салат из свеклы с солеными огурцами	40	,	1,24		23,00	2,23
		Суп картофельный с бобовыми	160	,	3,37	10,45	86,19	3,72
		Фрикадельки из птицы	60	-,-	7,55			0,24
		Картофель отварной	100	,	1,92		63,24	0,33
		Кисель молочный Хлеб пшеничный	150 20	,	2,79		128,49	1,08
		жиео пшеничный 	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Фактич	ческое	содержание, г	530,00	18.20	17,07	60,99	470,46	7,60
Норма,		•	450-550					.,,
	,			,	,	,	,	
1		Ужин (уплотнённы	й полдни	к)		1	,	
	52	Икра свекольная	40	0,90	1,84	5,33	41,48	2,69
		Рыба отварная	60	10,53	1,42	0,47	56,78	0,30
	321	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	16,35	109,76	14,53
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	50		0,60		85,40	0,26
		Коржики молочные	37	,	8,43			0,05
	395	Кофейный напиток с молоком	150	2,15	1,46	15,50	83,74	0,28
Фактич	неское	содержание, г	457,00	24,22	17,59	100,85	658,59	18,11
Норма,	, г, не	менее	400-500	14,70	16,45	71,05	490,00	
итого				58,8	47,0		1641,0	
Норма, 	, г, не	менее		42,0	47,0	203,0	1400,0	

Приё	Nº	Наименование блюда	Выхол	Пищев	JA PAIII	остра	Энерг	Витам
м	реце		блюда	Б	Ж	У	етиче	ин С
пиш	птур		олюда				ская	инС
		n 1-3)=4	10.5				-	
	,	Завтрак		<u> </u>			'	
	185	Каша манная жидкая с сахаром	155	2,36	0,23	20,97	95,39	
	217	Омлет с морковью	85	5,96	12,34	2,96	146,78	1,02
	178	Оладьи из печени по-Кунцевски"	50	10,6	7,91	7,44	143,35	15,48
		Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21	
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
Фактич	неское	содержание, г	460,0	20,3	20,7	45,0	447,9	16,5
Норма,			350-450	10,5	11,75			•
	,			,		,	,	
		2 завтрак		l e		1		
		Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,18	9,50
		Сок овощной, фруктовый и ягодный	150	0,45	0,15		94,4	8
		. , , , , , , ,		,		,	,	
Фактич	неское	содержание, г		0,83	0,53	32,1	136,5	17,5
Норма,				2,1	2,4		70,0	•
,				,	,	,	,	
		Обед		<u> </u>			'	
	59	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	180	1,97	4,28	9,85	85,81	12,80
		Биточки рубленые из птицы	60	8,45	8,88			0,24
		Пюре картофельное с морковью	120	2,94	4,61			
		Компот из свежих плодов	150	0,33	0,02			
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20			-
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20	1,32	0,24			
Фактич	неское	содержание, г	550	16,59	18,23	71,93	518,14	30,78
Норма,	, г, не	менее	450-550	14,7	16,45		490,0	
				•	,	·	,	
	1	Ужин (уплотнённый і	толдник)					
		Зеленый горошек консервированный	30	0,67		6,86	30,11	
		Зразы куриные с омлетом и овощами	60	6,76	7,36	6,20	118,08	
	314	Каша вязкая (рисовая)	100	2,03	4,00	17,03	112,24	15,13
	458	Ватрушка с повидлом	35	2,23	1,49	22,06	110,57	0,04
	400	Молоко кипяченое	180	4,58	4,08	7,58	85,36	2,05
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Фактич	неское	содержание, г	425,00	17,85	17,13	69,39	503,12	17,22
Норма,	, г, не	менее	400-500	14,70	16,45	71,05	490,00	
итого				55,5	56,6		1605,7	
Норма,	, г, не	менее		42,0	47,0	203,0	1400,0	
		l .				ı		

При	Nº	Наименование блюда	Вы	ІХОД	п	ищевы	•	Энерге	Вита
ём	реце		бл	юда	Б	Ж	У	1 -	
с пищ	птур							тическ	мин
_		n 1-3)=5						20	
дспь	1 (Sama	3автрак		<u> </u>					
	7	Завтрак Сыр порциями Российский		10	2,63	2,66		23,94	0,07
	92	Сыр порциями госсийский Суп молочный манный		180	4,94	4,54	14,49	98,86	0,88
	392	Чай с молоком 160/10		160	2,67	2,34	14,30	89,00	
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40	100	2,64	0,48			•
					,	•	,	,	
Факти	ическое	содержание, г	3!	90,0	12,9	10,0	42,2	280,1	2,1
Норма	а, г, не і	менее	350-	-450	10,5	11,75	50,8	350,0	
		2 завтра	K						
		Фрукты свежие	95		0,38	0,38	9,31	42,18	9,50
		содержание, г			0,38	0,38			•
Норма	а, г, не і 	менее			2,1	2,4	10,2	70,0	
		Обед							
	*216	Суп с макаронными изделиями		180	3,50	4,35	16,95	120,89	
		Суфле из отварного мяса с рисом	60		9,33	8,50	12,50	163,82	
	*714	Рагу овощное с картофелем		100	5,16	6,90	12,50	132,74	
	372	Компот из свежих плодов		150	0,12	0,09	17,08	69,61	1,29
		Хлеб пшеничный	40		3,16	0,40	19,32	93,52	
Факти	ическое	содержание, г		530	21,27	20,24	78,35	580,58	1,29
	а, г, не і	•	450-	-550	14,70				
		V (	<u> </u>						
	41	Ужин (уплотнённы Салат из моркови и яблок	<u>и полдні</u> 40	ик)	0,34	2,09	3,15	32,76	2,78
		Суфле из моркови с творогом		160	15,31				
		Соус фруктовый	15		0,07	0,01			
		Пирожки печеные из дрожжевого теста с г	л5		4,41	1,99		ом86,35	
		Напиток кисломолочный		180	5,22	4,50			
		Хлеб пшеничный	20		1,58	0,20			
Φα:			45	0.00	26.50	20.24	6474	FA7 45	25.04
		содержание, г		0,00 -500	26,59 14,70	20,24 16,45			
порма	а, г, не і	renee	400-	-500	17,/0	10,43	71,05	490,00	
итог	0 за 1 д	ень			61,1	50,9	194,5	1450,3	48,0
Норма	а, г, не і	менее			42,0	47,0	203,0	1400,0	
								j	

При	Nº	Наименование блюда	Выход		Іищевые		Энергет	Вита
рл ём	рец		блюда	Б.	Ж	У	ическая	мин
пи	епту		1				ценност	Мин
		na 1-3)=6						
	,	Завтра	К				•	
	94	Суп молочный с крупой (ячневой)	150	4,10	3,80	13,76	89,24	0,82
	231	Сырники из творога	50	11,16		12,46	118,19	0,16
		Салат из моркови с сахаром	40	0,77	3,08	6,56	53,96	3
	392	Чай с повидлом	160	0,06	0,02	9,99	40,14	0,03
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	40,44	
Факті	ическо	е содержание, г	420,0	17,7	14,7	52,4	342,0	4,0
		е менее	350-45C	10,5	11,75	50,8	350,0	,
							333/3	
	ı	2 завтра	ıĸ					
		Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,18	9,50
				-,		-,-	,	
Факті	ическо	 е содержание, г		0,38	0,38	9,3	42,2	9,5
Норм	а, г, не	менее		2,1	2,4	10,2	70,0	
	r	Обед						
	57	Борщ с квашеной капустой и картофеле	м 180	1,73	4,91	12,21	99,95	8,04
	282	Шницель рубленый (из говядины)	60	8,93	6,74	8,97	132,26	
	205	Макароны отварные с маслом	110	4,03	3,09	19,34	121,29	
	372	Компот из свежих плодов	150	0,12	0,09	18,06	73,53	0,65
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	68,30	
Факті	ическо	е содержание, г	540	17,45	15,31	71,94	495,33	8,685
Норм	а, г, не	менее	450-550	14,70	16,45	71,05	490,00	
		Ужин (уплотнённы			1.04	4 35	37.40	2.05
		Икра морковная	40	•		4,35		2,05
	291	Запеканка картофельная с печенью или	120	9,09				2,85
	400	Сметана	5	0,11	1,00			0.01
	460	Крендель сахарный	40	2,83				0,01
		Молоко кипяченое	180	4,58		7,58		2,05
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Факті	ическо	г е содержание, г	405,00	19,07	194,78	63,25	2082,31	6,96
Норм	а, г, не	е менее	400-500	14,70	16,45	71,05	490,00	
итог	О за 1	день		54,6	225,2	196,9	2961,8	29,1
Норм	а, г, не	менее		42,0	47,0	203,0	1400,0	

Виници тупу         реце тупу         5 люда и не тупу         6 день 10 (зима 1-3)=7         3 м не тупу         4 м не менее         4 м не м не м не м не м не м не м	При	Nº	Наименование блюда	Выход	Пищевь	ые вещес	тва	Энергет	Витам
День 10 (зима 1-3)=7   День 10 (зима 1-3)	ём	реце		блюда	Б			ическая	ин С
2 Бутерброд с повидлом	пищ	птур		F				ценное	
2 Бутерброд с повидлом 45 2,51 0,30 22,90 1 94 Суп молочный с крупой 130 3,13 3,30 10,90 Суфле из отварного мяса с рисом 60 9,33 8,5 12,5 1 2,5 1 Салат из кукурузы консерв. 40 1,15 2,47 3,21 392 Чай с сахаром 150 0,04 0,01 6,99 Клеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Фактическое содержание, г 445,0 17,5 14,8 63,2 Норма, г, не менее 350-450 10,5 11,75 50,8 11,75 50	Факти Норма	LO (зим	a 1-3)=7						
2 Бутерброд с повидлом 45 2,51 0,30 22,90 1 94 Суп молочный с крупой 130 3,13 3,30 10,90 Суфле из отварного мяса с рисом 60 9,33 8,5 12,5 1 2,5 1 Салат из кукурузы консерв. 40 1,15 2,47 3,21 392 Чай с сахаром 150 0,04 0,01 6,99 Клеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Фактическое содержание, г 445,0 17,5 14,8 63,2 Норма, г, не менее 350-450 10,5 11,75 50,8 11,75 50		•	Завтр	ак					
94Суп молочный с крупой 130 3,13 3,30 10,90 Суфле из отварного мяса с рисом 60 9,33 8,5 12,5 1 Салат из кукурузы консерв. 40 1,15 2,47 3,21 392 Чай с сахаром 150 0,04 0,01 6,99 Хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Иажтическое содержание, г 445,0 17,5 14,8 63,2 Норма, г, не менее 350-450 10,5 11,75 50,8 Иажтическое содержание, г 445,0 17,5 14,8 63,2 Норма, г, не менее 350-450 10,5 11,75 50,8 Иажтическое содержание, г 5,22 4,50 7,56 Обед 180 5,22 5,22 4,5 7,6 Обед 180 5,22 5,22 4,5 7,6 Обед 180 5,22 5,22 4,5 7,6 Обед 180 5,22 5,22 5,2 5,2 5,2 5,2 5,2 5,2 5,2 5		2			2,51	0,30	22,90	104,34	0,44
Салат из кукурузы консерв. 40 1,15 2,47 3,21 392 Чай с сахаром 150 0,04 0,01 6,69 Хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 матическое содержание, г 445,0 17,5 14,8 63,2 матическое содержание, г 445,0 17,5 14,8 63,2 матическое содержание, г 445,0 10,5 11,75 50,8 матическое содержание, г 445,0 10,5 11,75 50,8 матическое содержание, г 401 Напиток кисломолочный 180 5,22 4,50 7,66 матическое содержание, г 5,22 4,5 7,6 матическое содержание, г 60 4,87 3,62 6,73 321 Пюре картофельный с клёцками (170/10) 180 1,48 2,23 9,06 матическое содержание, г 120 4,9 7,68 32,7 2 379 Кисель из сущеных фруктов 150 0,17 0,01 24,80 хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 матическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53 матическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53 матическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53 Кнели рыбные 80 10,91 3,34 4,50 337 Кнели рыбные 150 3,38 3,05 5,90 матическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 6,68 матическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 6,68 матическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 6,68 матическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 6,74 5 6 норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4 матическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 6,74 5 6 норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4 матическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 6,74 5 6 норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4 нотого за 1день				130		-	-	85,82	0,59
Салат из кукурузы консерв.   40   1,15   2,47   3,21			Суфле из отварного мяса с рисом	60	9,33	8,5	12,5	163,82	
Хлеб ржаной, ржано-пшеничный   20   1,32   0,24   6,68     Фактическое содержание, г   445,0   17,5   14,8   63,2     Норма, г, не менее   35,22   4,50   7,56     Фактическое содержание, г   5,22   4,50   7,66     Норма, г, не менее   2,1   2,4   10,2     Толубцы ленивые   60   4,87   3,62   6,73     З21 Пюре картофельное   120   4,9   7,68   32,7     З79 Кисель из сушеных фруктов   150   0,17   0,01   24,80     Хлеб пшеничный   30   2,37   0,30   14,49     Фактическое содержание, г   540   13,79   13,842   87,776   53     Норма, г, не менее   450-550   14,7   16,45   71,1     Фактическое содержание, г   540   13,79   13,842   87,776   53     Норма, г, не менее   450-550   14,7   16,45   71,1     З34 Морковь, тушенная в сметанном соусе   120   1,68   3,38   9,65     З37 Яйцо отварное   40   5,1   4,6   0,3     З38 З,05   5,90     Хлеб ржаной, ржано-пшеничный   20   1,32   0,24   6,68     Фактическое содержание, г   480,00   26,59   20,24   64,74   5     Норма, г, не менее   400-500   14,70   16,45   71,05   4     Норма, г, не менее   400-500   14,70   16,45   71,05   4     Норма, г, не менее   400-500   14,70   16,45   71,05   4				40	1,15	2,47	3,21	39,67	3,72
Фактическое содержание, г Норма, г, не менее Зобочатов Толубцы ленивые Вобора		392	Чай с сахаром	150	0,04	0,01	6,99	28,21	
Норма, г, не менее 350-450 10,5 11,75 50,8 20,450 7,56 20,45 20,4			Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
Норма, г, не менее 350-450 10,5 11,75 50,8 20,450 7,56 20,45 20,4									
2 завтрак   2 завтрак   3	Фактич	ческое (	содержание, г	445,0	17,5	14,8	63,2	456,0	4,7
401 Напиток кисломолочный   180   5,22   4,50   7,56	Норма	, г, не м	іенее	350-450	10,5	11,75	50,8	350,0	
401 Напиток кисломолочный   180   5,22   4,50   7,56									
Фактическое содержание, г Норма, г, не менее  85 Суп картофельный с клёцками (170/10) 180 1,48 2,23 9,06 Голубцы ленивые 60 4,87 3,62 6,73 321 Пюре картофельное 120 4,9 7,68 32,7 2 379 Кисель из сушеных фруктов 150 0,17 0,01 24,80 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49  Фактическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53 Норма, г, не менее 450-550 14,7 16,45 71,1   Ужин (уплотнённый полдник)  Ужин (уплотнённый полдник)  54 Икра свекольная 40 0,94 1,84 5,33 Кнели рыбные 80 10,91 3,34 4,50 334 Морковь, тушенная в сметанном соусе 120 1,68 3,38 9,65 337 Яйцо отварное 40 5,1 4,6 0,3 476 Булочка "Розовая" 30 2,40 0,84 15,12 400 Молоко кипяченое 150 3,38 3,05 5,90 Хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Фактическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 64,74 5 Норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4 ИТОГО за 1 день			2 завт	рак					
Фактическое содержание, г Норма, г, не менее  85 Суп картофельный с клёцками (170/10) 180 1,48 2,23 9,06 Голубцы ленивые 60 4,87 3,62 6,73 321 Пюре картофельное 120 4,9 7,68 32,7 2 379 Кисель из сушеных фруктов 150 0,17 0,01 24,80 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49  Фактическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53 Норма, г, не менее 450-550 14,7 16,45 71,1   Ужин (уплотнённый полдник)  Ужин (уплотнённый полдник)  54 Икра свекольная 40 0,94 1,84 5,33 Кнели рыбные 80 10,91 3,34 4,50 334 Морковь, тушенная в сметанном соусе 120 1,68 3,38 9,65 337 Яйцо отварное 40 5,1 4,6 0,3 476 Булочка "Розовая" 30 2,40 0,84 15,12 400 Молоко кипяченое 150 3,38 3,05 5,90 Хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Фактическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 64,74 5 Норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4 ИТОГО за 1 день									
Норма, г, не менее 2,1 2,4 10,2 7 1		401	Напиток кисломолочный	180	5,22	4,50	7,56	91,62	0,54
Норма, г, не менее 2,1 2,4 10,2 7 1	Фактич	ческое о	солержание. г		5.22	4.5	7.6	91,6	0,54
Обед         85 Суп картофельный с клёцками (170/10)       180       1,48       2,23       9,06         Голубцы ленивые       60       4,87       3,62       6,73         321 Пюре картофельное       120       4,9       7,68       32,7       2         379 Кисель из сушеных фруктов       150       0,17       0,01       24,80         Хлеб пшеничный       30       2,37       0,30       14,49         Фактическое содержание, г       540       13,79       13,842       87,776       53         Норма, г, не менее       450-550       14,7       16,45       71,1       16,45       71,2       16,45       71,2			•		i i			70,0	
85 Суп картофельный с клёцками (170/10)   180   1,48   2,23   9,06     Голубцы ленивые   60   4,87   3,62   6,73     321 Пюре картофельное   120   4,9   7,68   32,7   2     379 Кисель из сушеных фруктов   150   0,17   0,01   24,80     Хлеб пшеничный   30   2,37   0,30   14,49     Фактическое содержание, г   540   13,79   13,842   87,776   53     Норма, г, не менее   450-550   14,7   16,45   71,1     Ужин (уплотнённый полдник)     54 Икра свекольная   40   0,94   1,84   5,33     Кнели рыбные   80   10,91   3,34   4,50     334 Морковь, тушенная в сметанном соусе   120   1,68   3,38   9,65     337 Яйцо отварное   40   5,1   4,6   0,3     476 Булочка "Розовая"   30   2,40   0,84   15,12     400 Молоко кипяченое   150   3,38   3,05   5,90     Хлеб ржаной, ржано-пшеничный   20   1,32   0,24   6,68     Фактическое содержание, г   480,00   26,59   20,24   64,74   5     Норма, г, не менее   400-500   14,70   16,45   71,05   4    ИТОГО за 1 день   170   16,45   71,05   4	Пориц	<i>,</i> , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	ienee				10/2	, 0,0	
85 Суп картофельный с клёцками (170/10)   180   1,48   2,23   9,06     Голубцы ленивые   60   4,87   3,62   6,73     321 Пюре картофельное   120   4,9   7,68   32,7   2     379 Кисель из сушеных фруктов   150   0,17   0,01   24,80     Хлеб пшеничный   30   2,37   0,30   14,49     Фактическое содержание, г   540   13,79   13,842   87,776   53     Норма, г, не менее   450-550   14,7   16,45   71,1     Ужин (уплотнённый полдник)     54 Икра свекольная   40   0,94   1,84   5,33     Кнели рыбные   80   10,91   3,34   4,50     334 Морковь, тушенная в сметанном соусе   120   1,68   3,38   9,65     337 Яйцо отварное   40   5,1   4,6   0,3     476 Булочка "Розовая"   30   2,40   0,84   15,12     400 Молоко кипяченое   150   3,38   3,05   5,90     Хлеб ржаной, ржано-пшеничный   20   1,32   0,24   6,68     Фактическое содержание, г   480,00   26,59   20,24   64,74   5     Норма, г, не менее   400-500   14,70   16,45   71,05   4    ИТОГО за 1 день   170   16,45   71,05   4	l		Ofe	 Л	1	ı		ı	
Голубцы ленивые 60 4,87 3,62 6,73 321 Пюре картофельное 120 4,9 7,68 32,7 2 379 Кисель из сушеных фруктов 150 0,17 0,01 24,80 Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 Фактическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53 Норма, г, не менее 450-550 14,7 16,45 71,1 54 Кнели рыбные 80 10,91 3,34 4,50 334 Морковь, тушенная в сметанном соусе 120 1,68 3,38 9,65 337 Яйцо отварное 40 5,1 4,6 0,3 476 Булочка "Розовая" 30 2,40 0,84 15,12 400 Молоко кипяченое 150 3,38 3,05 5,90 Хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Фактическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 64,74 5 Норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4 Кнорма, г, не менее 700-700 14,70 16,45 71,05 4 Кнорма, г, не менее 700-700 14,70 16,45 71,05 4 Кнорма, г, не менее 700-700 14,70 16,45 71				9					
Голубцы ленивые 60 4,87 3,62 6,73 321 Пюре картофельное 120 4,9 7,68 32,7 2 379 Кисель из сушеных фруктов 150 0,17 0,01 24,80 хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49 Фактическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53 Норма, г, не менее 450-550 14,7 16,45 71,1 54 Кнели рыбные 80 10,91 3,34 4,50 334 Морковь, тушенная в сметанном соусе 120 1,68 3,38 9,65 337 Яйцо отварное 40 5,1 4,6 0,3 476 Булочка "Розовая" 30 2,40 0,84 15,12 400 Молоко кипяченое 150 3,38 3,05 5,90 хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Фактическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 64,74 5 Норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4 митого за 1 день 400 Молок, г, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4		85	Суп картофельный с клёнками (170/10)	180	1.48	2.23	9.06	62,24	4,14
321 Пюре картофельное   120    4,9    7,68    32,7    2    379 Кисель из сушеных фруктов   150    0,17    0,01    24,80					<b>'</b>			78,98	6,00
379 Кисель из сушеных фруктов   150 0,17 0,01 24,80								219,52	29,06
Хлеб пшеничный 30 2,37 0,30 14,49  Фактическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53  Норма, г, не менее 450-550 14,7 16,45 71,1  Ужин (уплотнённый полдник)  54/Икра свекольная 40 0,94 1,84 5,33  Кнели рыбные 80 10,91 3,34 4,50  334/Морковь, тушенная в сметанном соусе 120 1,68 3,38 9,65  337/Яйцо отварное 40 5,1 4,6 0,3  476/Булочка "Розовая" 30 2,40 0,84 15,12  400/Молоко кипяченое 150 3,38 3,05 5,90  Хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68  Фактическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 64,74 5  Норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4								99,97	0,11
Фактическое содержание, г 540 13,79 13,842 87,776 53 Норма, г, не менее 450-550 14,7 16,45 71,1  Ужин (уплотнённый полдник)  54 Икра свекольная 40 0,94 1,84 5,33 Кнели рыбные 80 10,91 3,34 4,50 334 Морковь, тушенная в сметанном соусе 120 1,68 3,38 9,65 337 Яйцо отварное 40 5,1 4,6 0,3 476 Булочка "Розовая" 30 2,40 0,84 15,12 400 Молоко кипяченое 150 3,38 3,05 5,90 Хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Фактическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 64,74 5 Норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4					i - i			70,14	0,11
Ужин (уплотнённый полдник)           Ужин (уплотнённый полдник)           54Икра свекольная         40 0,94 1,84 5,33           Кнели рыбные         80 10,91 3,34 4,50           334Морковь, тушенная в сметанном соусе         120 1,68 3,38 9,65           337Яйцо отварное         40 5,1 4,6 0,3           476Булочка "Розовая"         30 2,40 0,84 15,12           400Молоко кипяченое         150 3,38 3,05 5,90           Хлеб ржаной, ржано-пшеничный         20 1,32 0,24 6,68           Фактическое содержание, г         480,00 26,59 20,24 64,74 5           Норма, г, не менее         400-500 14,70 16,45 71,05 4           ИТОГО за 1 день         63,1 53,4 223,3 16			жиео пшеничный 	30	2,37	0,30	14,49	70,14	0,27
Ужин (уплотнённый полдник)           Ужин (уплотнённый полдник)           Ужин (уплотнённый полдник)           54/Икра свекольная         40         0,94         1,84         5,33           Кнели рыбные         80         10,91         3,34         4,50           334 Морковь, тушенная в сметанном соусе         120         1,68         3,38         9,65           337 Яйцо отварное         40         5,1         4,6         0,3           476 Булочка "Розовая"         30         2,40         0,84         15,12           400 Молоко кипяченое         150         3,38         3,05         5,90           Хлеб ржаной, ржано-пшеничный         20         1,32         0,24         6,68           Фактическое содержание, г         480,00         26,59         20,24         64,74         5           Норма, г, не менее         400-500         14,70         16,45         71,05         4           ИТОГО за 1 день         63,1         53,4         223,3         1									
Ужин (уплотнённый полдник)           Ужин (уплотнённый полдник)           Ужин (уплотнённый полдник)           54/Икра свекольная         40         0,94         1,84         5,33           Кнели рыбные         80         10,91         3,34         4,50           334 Морковь, тушенная в сметанном соусе         120         1,68         3,38         9,65           337 Яйцо отварное         40         5,1         4,6         0,3           476 Булочка "Розовая"         30         2,40         0,84         15,12           400 Молоко кипяченое         150         3,38         3,05         5,90           Хлеб ржаной, ржано-пшеничный         20         1,32         0,24         6,68           Фактическое содержание, г         480,00         26,59         20,24         64,74         5           Норма, г, не менее         400-500         14,70         16,45         71,05         4           ИТОГО за 1 день         63,1         53,4         223,3         1	 Фактич	ческое (	голержание г	540	13.79	13.842	87.776	530,854	39,58
Ужин (уплотнённый полдник)           54 Икра свекольная         40 0,94 1,84 5,33           Кнели рыбные         80 10,91 3,34 4,50           334 Морковь, тушенная в сметанном соусе         120 1,68 3,38 9,65           337 Яйцо отварное         40 5,1 4,6 0,3           476 Булочка "Розовая"         30 2,40 0,84 15,12           400 Молоко кипяченое         150 3,38 3,05 5,90           Хлеб ржаной, ржано-пшеничный         20 1,32 0,24 6,68           Фактическое содержание, г         480,00 26,59 20,24 64,74 5           Норма, г, не менее         400-500 14,70 16,45 71,05 4           ИТОГО за 1 день         63,1 53,4 223,3 10			•			,		490,0	33/30
54 Икра свекольная       40 0,94 1,84 5,33         Кнели рыбные       80 10,91 3,34 4,50         334 Морковь, тушенная в сметанном соусе       120 1,68 3,38 9,65         337 Яйцо отварное       40 5,1 4,6 0,3         476 Булочка "Розовая"       30 2,40 0,84 15,12         400 Молоко кипяченое       150 3,38 3,05 5,90         Хлеб ржаной, ржано-пшеничный       20 1,32 0,24 6,68         Фактическое содержание, г       480,00 26,59 20,24 64,74 5         Норма, г, не менее       400-500 14,70 16,45 71,05 4         ИТОГО за 1 день       63,1 53,4 223,3 1	Порта	<i>j</i> 1 <i>j</i> 110 1	Refrec	130 330	11//	10,13	7 1/1	150,0	
54 Икра свекольная       40       0,94       1,84       5,33         Кнели рыбные       80       10,91       3,34       4,50         334 Морковь, тушенная в сметанном соусе       120       1,68       3,38       9,65         337 Яйцо отварное       40       5,1       4,6       0,3         476 Булочка "Розовая"       30       2,40       0,84       15,12         400 Молоко кипяченое       150       3,38       3,05       5,90         Хлеб ржаной, ржано-пшеничный       20       1,32       0,24       6,68         Фактическое содержание, г       480,00       26,59       20,24       64,74       5         Норма, г, не менее       400-500       14,70       16,45       71,05       4         итого за 1 день       63,1       53,4       223,3       1	I.		Ужин (уплотнён	— ный полдні	ıк)			l	
Кнели рыбные       80       10,91       3,34       4,50         334 Морковь, тушенная в сметанном соусе       120       1,68       3,38       9,65         337 Яйцо отварное       40       5,1       4,6       0,3         476 Булочка "Розовая"       30       2,40       0,84       15,12         400 Молоко кипяченое       150       3,38       3,05       5,90         Хлеб ржаной, ржано-пшеничный       20       1,32       0,24       6,68         Фактическое содержание, г       480,00       26,59       20,24       64,74       5         Норма, г, не менее       400-500       14,70       16,45       71,05       4         итого за 1 день       63,1       53,4       223,3       10		54				1.84	5,33	41,64	2,70
334 Морковь, тушенная в сметанном соусе  120 1,68 3,38 9,65  337 Яйцо отварное  40 5,1 4,6 0,3  476 Булочка "Розовая"  30 2,40 0,84 15,12  400 Молоко кипяченое  150 3,38 3,05 5,90  Хлеб ржаной, ржано-пшеничный  20 1,32 0,24 6,68  Фактическое содержание, г  480,00 26,59 20,24 64,74 5  Норма, г, не менее  400-500 14,70 16,45 71,05 4			•	80	i - i			91,70	0,29
337 Яйцо отварное   40   5,1   4,6   0,3   476 Булочка "Розовая"   30   2,40   0,84   15,12   400   Молоко кипяченое   150   3,38   3,05   5,90   2,24   6,68   4,74   5,45   4,66   6,74   5,71,05   4,70   6,74   6,74   5,71,05   4,70   6,74   6,74   7,74   6,75   7			•		<u> </u>			75,71	3,17
476 Булочка "Розовая"       30 2,40 0,84 15,12         400 Молоко кипяченое       150 3,38 3,05 5,90         Хлеб ржаной, ржано-пшеничный       20 1,32 0,24 6,68         Фактическое содержание, г       480,00 26,59 20,24 64,74 5         Норма, г, не менее       400-500 14,70 16,45 71,05 4         ИТОГО за 1 день       63,1 53,4 223,3 1								63,00	5/1/
400 Молоко кипяченое       150       3,38       3,05       5,90         Хлеб ржаной, ржано-пшеничный       20       1,32       0,24       6,68         Фактическое содержание, г       480,00       26,59       20,24       64,74       5         Норма, г, не менее       400-500       14,70       16,45       71,05       4         итого за 1 день       63,1       53,4       223,3       10								77,64	0,10
Хлеб ржаной, ржано-пшеничный 20 1,32 0,24 6,68 Фактическое содержание, г 480,00 26,59 20,24 64,74 5 Норма, г, не менее 400-500 14,70 16,45 71,05 4  ИТОГО за 1 день 63,1 53,4 223,3 1					, i			64,57	1,00
Фактическое содержание, г       480,00       26,59       20,24       64,74       5         Норма, г, не менее       400-500       14,70       16,45       71,05       4         ИТОГО за 1 день       63,1       53,4       223,3       10								34,16	1,00
Норма, г, не менее       400-500       14,70       16,45       71,05       4         ИТОГО за 1 день       63,1       53,4       223,3       1	Фэкти							547,45	35,04
ИТОГО за 1 день 63,1 53,4 223,3 1c								490,00	33,0 <del>4</del>
	порма	, і, не м	ienee	<del>1</del> 00-500	17,/0	10,43	/ 1,05	<del>1</del> 30,00	
	итого	) за 1 де	ень		63,1	53,4	223,3	1625,9	79,9
,								1400,0	- 1-
		, . ,			,5	.,,5		50,0	

При	Νō	Наименование блюда	Выхо	Пищевы	е вешест	гва	Энергет	Витами
ём	реце		Д	Б	ж	У	ическая	нС
пи	птур		блюд				ценност	
		ла 1-3)=8						
	•	Завтрак						
		Бутерброд с маслом сливочным и повидлом	45	2,05	3,22	23,63	131,67	0,39
	224	Омлет паровой с мясом	120	14,84	18,22		232,62	0,50
		Горшек зелёный консервированный	30	0,34		3,43	15,08	
	397	Какао с молоком	150	3,06	2,65	13,20	88,88	1,43
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
Факт	ическо	е содержание, г	365,0	21,6	24,3	49,3	502,4	2,3
		е менее	350-45(	10,5	11,75		350,0	
		2 завтрак		4.1	2.2	12.2	90.0	
		Кондитерское изделие	20	4,1	2,3		89,9	
	399	Сок овощной, фруктовый и ягодный	150	0,45	0,15	22,80	94,4	8
Факт	ическо	е содержание, г		4,55	2,45	36,0	184,3	8
Норм	а, г, н	е менее		2,1	2,4	10,2	70,0	
		Обед						
		Салат из свёклы	40	0,57	2,44	•	37,58	•
		Рассольник на курином бульоне мелкошинковг	180	2,01	2,37	·	73,41	
		Птица отварная с соусом сметанным 50/25	75	31,72	23,60		544,16	
		Картофель отварной 	50	0,96	1,44		47,48	
	379	Кисель из сушеных фруктов	150	0,17	0,01		99,97	
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,2	9,7	46,76	
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	20	1,32	0,24	6,68	34,16	
Факт	ическо	е содержание, г	535	38,332	30,291	114,4	883,521	22,8614
		е менее	450- 550		16,45			
				·	•	,	,	
	I	Ужин (уплотнённы)			1			
-		Яйцо отварное	40	1,50	4,60		48,60	
		Рыба, запечённая с морковью	80	9,83	4,27		91,55	
		Пюре из овощей	120	2,87		13,25	96,17	
		Напиток кисломолочный	150	4,35	3,75			
-	491	Кекс "Детский"	37	2,24		19,28		
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Факт	ическо	I е содержание, г	447,00	22,37	23,38	51,94	507,68	24,27
Норм	а, г, н	е менее 	400- 500	14,70	16,45	71,05	490,00	
итог	O за 1	день		86,9	80,5	251,6	2077,9	57,5
		е менее		42,0		203,0		

Приё	No	Наименование блюда	Выхо	Пищевые	вещест	гва	Энерг	Вита
м	реце		Д	Б	ж	У	етиче	мин С
пищ	птур		блюд				ская	
День 8	(зима	1-3)=9						
		Завт	рак					
	7	Сыр российский	10	2,32 3,10	2,95 3,30		35,83	0,07
	94	Суп молочный с крупой (рисовой)	130	3,10	3,30	10,90	85,70	0,82
	239	Оладьи из творога	25	3,48	2,7	0,25 3,15	39,22 32,77	0,08 2,78
	40	Салат из моркови и яблок	40	0,34	2,09	3,15	32,77	2,78
	394	Чай с молоком	160	2,67	2,3 <del>4</del>	14,30	88,94	1,20
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
Фактич	іеское	содержание, г	385,0	13,5	13,6	38,3	329,2	4,9
Норма,	г, не м	иенее	350-45(	10,5	11,75	50,8	350,0	
		2 завт	грак		1			
		Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,18	9,50
	399	Сок овощной, фруктовый и ягодный	150	0,45	0,15	22,80	94,4	8
Фактич	еское	содержание, г		0,83	0,53	32,1	136,5	17,5
Норма,	г, не м	ченее		2,1	2,4	10,2	70,0	
		O6e	ед					
		Салат из белокочанной капусты	40	0,27	1,24	2,74	23,20	
	80	Суп картофельный с крупой	180	2,60	2,79	17,00	103,51	8,25
		Котлеты рыбные любительские	60	8,09	2,54	6,41	80,86	2,08
	205	Макароны отварные с маслом	60	2,20	1,69	10,55	66,21	
	379	Кисель из сушеных фруктов	150	0,17	0,01	24,80	99,99	0,11
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,36	68,32	
					,	·		
Фактич	еское	содержание, г	530	15,70	7,509	72,12	418,89	10,44
Норма,	г, не м	иенее 1енее	450-550	14,7	16,45	71,1	490,0	
	,			,	,	,	,	
		Ужин (уплотнён	ный полдник	)			•	
		Салат из кукурузы консервиров.	40	1,15	2,47	3,21	39,67	3,72
		Тефтели мясные	60	4,07	4,52	5,15	77,56	0,23
	320	Овощи отварные с маслом	100	1,31	2,59	5,18	49,27	3,68
		Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63,00	
		Булочка обогащенная с изюмом	25	2,20	0,81	15,97	79,97	
			180	4,35	3,75	6,30	76,35	0,45
		Хлеб пшеничный	20	1,58		9,66	46,76	
Фактич		содержание, г	465	19,76		45,77	432,58	8,08
Норма,		•	400-500	14,70	16,45	71,05	490,00	
	,		111 230	= :,: 3	-, .5	=,00	2 -, 3 3	
итого	за 1 ли	ень		49,8	40,6	188.3	1317,2	41,0
Норма,				42,0	47,0	203,0	1400,0	
,p.iiu,	.,			.2,5	., ,0	_00,0	00,0	

При	Νº	Наименование блюда	Выход	Пищевы	е вещест	гва	Энерг	Вита
ём	рец		блюда, г	Б	ж	У	етиче	мин
лиш	епту						ская	C
День	1 (зил	na 1-3)=10						
		Завт	рак					
	3	Бутерброд с сыром российским	45	4,73	6,88	14,56	139,08	-
		Пудинг из творога с рисом и изюмом	150	22,71	16,14		-	0,20
	41	Сметана Салат из моркови и я блок	10 40	0,25 0,34	2,00 2,09	0,32 3,15	20,28 32,76	2,78
		·	1				-	
	400	Молоко кипяченое	180	4,58	4,08	7,58	85,36	2,05
Факти	ческо	е содержание, г	425,0	32,6	31,2	62,1	659,6	5,2
Норма	Э, Г, Н	е менее	350-450	10,5	11,75	50,8	350,0	
		2 зав	трак		<u> </u>			
	401	Напиток кисломолочный	150	4,35	3,75	6,00	75,15	1,05
Факти	וחהנגט	е содержание, г		4,35	3,75	6,0	75,2	1,05
		е менее		2,1	2,4	10,2	70,0	
Порм	<i>a,</i> 1 , 110	Penec		2,1	۷, ۱	10,2	70,0	
		O6(		<u> </u>				
		Салат из квашеной капусты с зеленым гор	ошком 40	0,33	1,55	3,43	28,99	0,05
		Суп картофельный с макаронными издел1	ями 180	1,94	2,04			
		Мясо тушеное с овощами в соусе	170	16,20	13,28			
		Компот из свежих плодов	150	0,12	0,09		·	
		Хлеб ржаной, ржано-пшеничный	30	1,98	0,36		51,24	0,03
		The parties of the pa	30	1,50	0,50	10,02	31,21	
Факти	ILIOCKO	е содержание, г	570	20,565	17,323	54,88	457 7	10,35
		е менее	450-550	14,7	16,45	71,1	490,0	
Порме	и, г, по	- Menee	H30-330	17,7	10,43	/ 1,1	490,0	
1		Ужин (уплотнён	ный полдник	)	T			
	313	Каша рассыпчатая	120	4,20	2,55	25,90	143,35	
		Печень по-стогановски	70	14,52	16,28	2,6		0,01
		Чай с сахаром 150/5	150	0,04	0,01	6,99		0,03
		Булочка "Осенняя"	30	0,01	2,99	14,7	85,55	
		Хлеб пшеничный	20	1,58	0,20	9,66	46,76	
		Фрукты свежие	95	0,38	0,38	9,31	42,18	9,50
		е содержание, г	485	20,35	22,03		518,83	
Норма	а, г, не	е менее	400-500	14,70	16,45	71,05	490,00	
итого	) за <b>1</b>	день		77,9	74,3	182,8	1711,3	26,2
Норма	а, г, не	е менее		42,0	47,0	203,0	1400,0	