Прием пищи	Наименование блюда	Выхо д блюд	Пищ	евые веще	ства	Энергет ическая ценност	№ рецеп- туры
		a	Б	Ж	У		71
ДЕНЬ 1							
3ABTPAK 1							
	Вермишель отварная	60	2,092	1,83	15,058	81	№ 24
_							
	Овощная подлива	25	0,726	1,011	3,47	29,59	№ 45
	Яйцо вареное	20	1,46	2,93	0,05	32	№ 53
	XY # U		1.66	0.26	0.62)C 46
	Хлеб пшеничный	25	1,66	0,26	9,62	55,75	№ 46
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,045	36,7	
	H-×	150	0.015		0.21	05.4	No. 70
2 4 D T D 4 1/2 2	Чай с молоком	150	0,015	-	8,21	95,4	№ 70
3ABTPAK 2	Сок фруктовый	75	0,3	_	8,77	27.5	№ 73
	Сок фруктовый	15	0,3	_	0,77	37,5	J12 / J
	 Итого за завтрак:		6,283	10,151	45,223	267.04	
ОБЕД	итого за завтрак:		0,203	10,151	45,225	367,94	
ОВЕД	Суп рыбный	150	3	5,11	5,582	155,33	№ 1
	уп рыспып	130		5,11	2,202	155,55	
	Котлета говяжья	55	9,473	6,059	6,265	98	№ 16
				- ,	-,	70	
	Каша гречневая	75	1,704	4,3	17,596	102,36	№ 23
	Икра свекольная	55	1,71	0,999	4,25	57,9	№ 34
	Хлеб пшеничный	15	1,24	0,19	7,2	33,45	№ 47
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	16,679	64,2	
	Компот из сухофруктов	150	0,1	-	12,33	41	№ 62
	Итого за обед:		18,637	16,868	69,902	552,24	
ПОЛДНИК							
	Ватрушка	54	3,61	4,011	32,125	170,24	№ 76
	Кефир	150	4,2	4,8	7,05	93	№ 74
	Яблоко	81	0,23	-	7,75	34	№ 85
]	Итого за полдник:		8,04	8,811	46,925	297,24	
УЖИН						ŕ	
	Каша мол. вязкая ячневая	150	5,89	9,17	27	219,6	№ 93A
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,22	9	44,6	№ 105A
	Повидло фруктовое	3	0,009	-	1,8	7,44	№ 120
	Кофейный напиток	150	-	-	2,86	11,7	№ 110A
						,	
	Итого за ужин:		7,22	9,39	40,66	283,34	
И	того за первый день:		40,18	45,22	202,71	1500,76	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пип	цевые веще	ства	Энергет	No॒
		блюда	Б	Ж	У	ическая ценност ь	рецеп- туры
ДЕНЬ 2							
3ABTPAK 1	C 4	4.50	5.40	0.41	26.727	4.50.0	N. 20
	Суп молочный манка	150	5,48	8,41	26,727	150,3	№ 29
	Гренки с сыром	35	2,49	4,55	12,03	97,34	№ 49
	Яйцо вареное	20	1,46	2,93	0,05	32	№ 53
	Vodočini iš namitori	150		_	4,256	20.4	№ 66
3ABTPAK 2	Кофейный напиток	150	-	-	4,230	20,4	145 00
3/1B11 /1R 2	Сок фруктовый	75	0,3	-	8,77	37,5	№ 73
	11.0		·			,	
	Ітого за завтрак:		9,73	15,89	51,823	337,54	
ОБЕД	Dagga w www og gwerrawe	150	1 166	1 950	7.540	1451	No 2
	Рассольник со сметаной	150	4,166	4,859	7,549	145,1	№ 2
	Рыба тушеная с овощами	40	5,83	2,134	2,6	71,18	№ 15
	·		,	,	,	7 2,2 3	
	Пюре картофельное	100	0,59	5,46	9,545	132,16	№ 31
	Капуста тушеная	50	1,022	2,649	5,918	56,89	№ 37
	Kanyera rymenan	30	1,022	2,017	3,710	30,07	312 37
	Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,62	44,6	№ 48
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	
	Кисель из сухофруктов	150	0,105	_	12,9	60.00	№ 65
	киссль из сухофруктов	150	0,103		12,7	60,99	312 03
	Итого за обед:		14,791	15,57	61,822	552,72	
ПОЛДНИК							
	Плюшка «Роза»	50	3,18	3,399	26,165	152,49	№ 77
	Кефир	150	4,2	4,8	7,05	93	№ 75
	1 1	100	,	,	,	70	
	Яблоко	81	0,15	1	8,16	34	№ 85
	-			0.100			
	того за полдник:		7,53	8,199	41,375	279,49	
УЖИН	Запеканка картоф с мясом	135	11,86	6,27	17,28	183,19	№102A
	Овощи в молочном соусе	90	1,94	1,55	7,085	51,36	№98A
	Хлеб пшеничный	17	1,12	0,18	7,7	37,91	№103A
	Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8	
	Чай	150	-	-	3,34	13,65	116A
	Итого за ужин:		15,96	8,24	44,26	328,9	
Ит	ого за второй день:		48,919	47,899	199,29	1498,65	

Прием	Наименование блюда	Выход	Пиш	цевые веще	ства	Энерге	No॒
пищи		блюда	Б	Ж	У	тическ	рецеп-
TELL A						ценнос	туры
ДЕНЬ 3 <i>ЗАВТРАК 1</i>							
JADITAN I	Творожная запеканка	120	7,23	7,675	12,145	205,5	№ 55
	творожний запеканка	120	7,23	7,075	12,113	203,3	31_ 33
	Сгущенное молоко	20	1,2	1,54	16,8	64	№ 52
			,	<u> </u>	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	0.	
	Хлеб пшеничный	25	1,66	0,26	9,3	55,75	<i>№</i> 46
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,045	36,7	
	Кофейный с молоком	150	2,1	2,4	11,5	72,9	№ 86
ЗАВТРАК 2	-		·	·	·		
	Сок фруктовый	75	0,3	-	8,77	37,5	№ 73
	111						
]	Итого за завтрак:		12,05	15,745	58,88	472,35	
ОБЕД	1		, , , ,			,	
	Борщ	150	0,942	4,29	8,667	76,45	№ 3
	Гуляш говяжий	50	7,477	3,5	1,42	75,33	№ 19
						- /	
	Пюре картофельное	90	1,34	3,05	17,545	122,2	№ 31
	Икра свекольная	70	0,808	2,43	10,15	68,63	№ 35
			1.66	0.24	0.62		34.40
	Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,62	44,6	№ 48
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	
		1.50	0.1		0.4		16. 60
	Компот из сухофруктов	150	0,1	-	9,4	40,4	№ 63
	Итого за обед:		12 475	12.7	60.22	100 2	
ПОЛДНИК	HIGH Sa GOCA.		13,475	13,7	60,23	488,3	
ПОЛДПИК	Пирожок с повидлом	45	1,94	2,155	26,529	162,79	№ 78
	Пирожок с повидлом	43	1,74	2,133	20,327	102,79	312 70
	Кефир	150	4	4,8	6,7	93	№ 74
	Яблоко	81	0,15	-	8,16	34	Nº 85
	71031010	01	0,13		0,10	34	
1	 Итого за полдник:		6,075	6,955	41,389	289,79	
<u>УЖИН</u>			0,013	U9/JJ	71,507	207,17	
	Рыбная котлета с капустой	75	5,579	4,66	3,52	89,49	№ 91A
	Соус молочный	35	0,661	2,28	1,61	30,25	№ 95
	Картофель отварной	66	1,21	2,35	14,015	89	№ 100A
	Хлеб пшеничный	18	1,19	0,2	8,17	40,14	№ 103A
	Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8	
	Сок	100	0,4		11,7	50	№ 109
		100		0.72	47,87		**
	Итого за ужин:		10,08	9,73	4/,0/	341,68	

Прием пищи	Наименование блюда	Выхо	Пиі	цевые веще	ства	Энергет	No॒
		д блюд	Б	Ж	У	ическая ценност	рецеп- туры
ДЕНЬ 4						,	71
3ABTPAK 1							
	Каша вязкая пшеничная	110	3,89	6,45	20,4	141,4	№ 27
	Яйцо вареное	20	1,46	2,93	0,05	32	№ 53
	Хлеб пшеничный	25	1,66	0,26	9,3	55,75	№ 46
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,045	36,7	
	Какао	150	1,9	2,4	7,5	62,9	№ 69
3ABTPAK 2		150		_,.	7,4	02,5	
	Сок фруктовый	75	0,3	-	8,77	37,5	№ 73
_	<u> </u>		0.40	4 - 4 -	46.00=		
	Ітого за завтрак:		9,18	16,16	46,385	366,25	
ОБЕД	Суп вермишелевый	150	1,518	4,46	10,58	92,76	№ 6
		100	,	,	,	72,70	
	IC 1	450	5.042	4.500	10.002	225.05	Nr. 21
	Картофельная запеканка с печенью	170	5,942	4,589	18,903	235,95	№ 21
	Подлива сметанная	25	0,97	2,66	2,5	39,34	№ 87
	подотри сметития	23	0,57	2,00	2,5	37,34	312 07
	Капуста тушеная	95	1,96	1	6,9	61,48	№ 38
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,22	9	44,6	№ 48
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	13,2	64,2	
	-					,	
	Кисель из сухофруктов	150	0,105	-	12,9	60,99	№ 65
	Итого за обед:		13,2	13,139	70,683	599,32	
ПОЛДНИК				,	,		
	Печенье сахарное	40	3,1	4,2	25	160	№ 79
	Кефир	150	4,2	4,8	6,5	93	№ 75
	Яблоки	81	0,15	-	8,16	34	№ 85
						- :	
	Ттого за полдник:		7,45	9	39,6	287	
УЖИН	20	/=	670	F (0	0.27	105.00	Ma110 A
	Запеканк творож с морковь Соус сладкий молочный	65	6,72 0,66	5,68 2,28	9,27	137,38	№118A №96A
	Печенье сахарное	30	0,88	0,89	2,56 6,13	34,15	№123A
	Кисель из сухофруктов	150	0,37	-	7,94	30,6	№117Б
	no ej no #PJ mob	150	- 7		. ,	20,0	.==,2
	Итого за ужин:		8,63	8,85	25,9	238,13	
Итого	за четвертый день:		38,46	47,149	182,57	1490,7	

Прием	Наименование блюда	Выход	Пип	цевые веще	ества	Энергети	№ рецеп-
пищи		блюда	Б	Ж	У	ческая ценность	туры
ДЕНЬ 5							
3ABTPAK 1	Рыба тушеная	45	5,73	2,125	3,16	65	№ 14
	тыба тушская	43	3,73	2,123	3,10	03	712 17
	Перловая каша	50	1,89	4,34	14,78	71,48	№ 26
	Хлеб пшеничный	25	1,66	0,26	9,62	55,75	№ 50
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,045	36,7	
	Сыр	8	1,6	1,8	0,1	25	
	Чай с молоком	150	2,1	2,7	8,9	70,6	№ 71
ЗАВТРАК 2							
	Сок фруктовый	75	0,3	-	8,77	37,5	№ 73
И	того за завтрак		10,31	15	45,375	362	
ОБЕД				_			
	Суп свекольный	150	1,22	2,6	7,118	66,42	№ 7
	Куры тушеные	55	4,6	2,5	1,42	99,1	№ 20
	Овощное рагу	145	3	2,6	21,75	143,88	№ 41
	Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,62	44,6	№ 48
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	
	Компот из сухофруктов	150	0,1	-	5,9	37,3	№ 63
	Итого за обед		9,79	6,4	75,485	455,5	
ПОЛДНИК			.,	- /	, , , ,	100,0	
	Творожнаязапеканка	90	7,535	7,504	11,57	153,69	№ 56
	Соус молочный	30	0,98	2,66	4,7	54,8	№ 87
	Кефир	150	4	4,8	6,7	93	№ 74
	Яблоко		0,15	_	8,16	34	№ 85
	MOTORO	81	0,13	_	0,10	34	345 03
	того за полдник		12	14	30,94	367,49	
УЖИН							
	Булка «Розовая»	50	4,15	8,22	20,36	173,04	№124A
	Какао	150	4,2	5,25	10,57	108,6	№ 113A
	Яблоко печеное	108	0,21	-	11	45,36	№ 112Б
1	Итого за учени		8,56	13,47	41,93	227	
	Итого за ужин:		<u> </u>	<u> </u>		327	
VITO.	го за пятый день:		40,66	48,87	193,7	1511,9	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пил	щевые вещ	ества	Энергети ческая ценность	№ рецеп- туры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 6 <i>ЗАВТРАК 1</i>	Запеканка рисовая с говяжьей печенью	140	13,773	4,993	17,915	195,8	№ 22
	Соус сметанный	25	0,327	1,99	1,59	20,74	№ 51
	Хлеб пшеничный	25	1,66	0,26	9,62	55,75	№ 50
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,045	36,7	
	Сыр	8	1,6	1,8	0,1	25	
	Какао	150	3,43	4,28	10,99	98,35	№ 57
3ABTPAK 2	Сок фруктовый	75	0,3	-	8,77	37,5	№ 73
Ито	ого за завтрак:		18,17	16,318	50,8	469,84	
ОБЕД	Суп по Польски	150	1,052	4,686	6,987	79,27	№ 8
	Жаркое по домашнему	140	11,26	3,67	22,4	172,83	№ 11
	Капуста тушеная	75	1,378	3,21	5,71	59,76	№ 39
	Хлеб пшеничный	20	1,66	0,26	9,62	44,6	№ 48
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	
	Компот из сухофруктов	150	0,27		9,71	41,4	№ 58
И	 того за обед:		16,84	12,533	66,64	462,06	
ПОЛДНИК	Пирожок с повидлом	50	3,183	1,947	27,93	141,29	№ 81
	Кефир	150	4,2	4,8	6,5	93	№ 75
	Яблоко	81	0,15	-	8,16	34	№ 85
Ито	рго за полдник:		3,24	7,197	42,86	280,69	
УЖИН							
	Сырники	70	87	6,19	23,365	201,6	№ 119A
	Повидло фруктовое	7	0,02	-	4,21	17,36	№ 121A
	Кофейный напиток	150	-	-	3,82	15,6	№ 111A
	Яблоко печеное	108	0,21	-	11	45,36	№ 112Б
<u></u>	 гого за ужин:		87,23	6,19	42,4	279,92	
	о за шестой день:		118,83	42,19	202,7	1492,42	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход	Пиг	цевые вещ	ества	Энергет	$N_{\underline{0}}$
		блюда	Б	Ж	У	ическце	рецеп-
ДЕНЬ 7						ннос	туры
3ABTPAK 1							
_	Суп молочный пшено	150	4,382	6,26	18,245	150,6	№ 28
						,	
	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,275	11,35	55,75	№ 46
	Масло сливочное	5	0,02	3,9	0,025	36,7	
	TA 1 U U	4 = 0			2.02	4 = -	10.00
2 4 D T D 4 I C 2	Кофейный напиток	150	-	-	3,82	15,6	№ 66
3ABTPAK 2	Сок фруктовый	75	0,3		8,77	37,5	№ 73
	сок фруктовый	13	0,3		0,77	31,3	312 73
Ито	ого за завтрак:		6,352	9,435	52,21	296,15	
ОБЕД	P		- /		,	270,15	
, ,	Щи с картофелем	150	5,938	7,42	7,82	119,87	№ 5
						ĺ	
	Рыбная котлета	50	7,837	2,169	3,07	101	№ 12
	TA 1	0.	1.770	2.7	20.400	442	N. 22
	Картофель отварной	85	1,778	2,7	20,408	116	№ 32
	Икра свекольная	65	0,97	0,938	9,17	50,24	№ 36
	икра съскольная	05	0,77	0,730	7,17	50,24	712 30
	Хлеб пшеничный	15	1,24	0,19	7,2	33,45	№ 47
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	16,68	64,2	
	-						
	Кисель из сухофрукт	150	0,307	-	12,57	60,2	№ 65
			10.105	44.004	(2. 5 2	= 44.0 <	
	того за обед:		12,405	11,281	63,53	544,96	
ПОЛДНИК	Творожная запеканка	80	7,887	7,114	10,81	166,3	№ 56
	т ворожная запсканка	ου	7,007	7,117	10,01	100,3	312 30
	Сметанная подлива	25	0,894	2,72	4,42	49,1	№ 88
				·	·		
	Кефир	150	4	4,8	6,7	93	№ 74
	Яблоко	81	0,15	-	8,16	34	№ 85
11			12 142	15.004	40.16	242.4	
	го за полдник:		13,143	15,084	40,16	342,4	
УЖИН	Котлета овощная	105	3,48	4,16	19,65	126.67	№ 115A
	Соус молочный	125 30	0,227	3,27	0,89	136,67	№ 113A № 97A
	Хлеб пшеничный	20	1,32	0,22	9	36,39 44,6	№ 105A
	Сок фруктовый	100	0,4		11,7	50	№ 109A
	оск фруктовый	100	· · ·		11,7	30	
И	гого за ужин:		5,43	7,65	41,32	267,66	
	за седьмой день:		37,33	43,45	197,22	1451,2	
111010	эа седымой депь.		57,55	10,10	177,22	1731,2	

Прием	Наименование блюда	Выход	Пип	цевые веще	ества	Энерге	№
пищи		блюда	Б	Ж	У	тическ	рецеп-
						ая ценнос	туры
ДЕНЬ 8						ценнос	
3ABTPAK 1							
	Омлет	50	2,95	4,69	2,97	79,58	№ 80
		• •	0.52	0.00	1.06	1	36. 42
	Горошек зелен. отварной	20	0,52	0,99	1,36	16,99	№ 43
	Вермишель отварная	50	2	4	13,025	103	№ 25
	Бериншен отварная	30		•	10,020	103	
	Хлеб пшеничный	25	1,66	0,26	9,62	55,75	№ 46
	Масло сливочное	5	0,02	3,9	0,025	36,7	
	Чай с молоком	150	2,59	2,23	14	84,6	№ 72
<i>3ABTPAK 2</i>	Cove drawaren viii	7.5	0.2		9 77	25.5	№ 73
	Сок фруктовый	75	0,3	-	8,77	37,5	JNº 73
1	 Итого за завтрак:		9,92	14,08	49,33	411,45	
ОБЕД	птого за завтрак.		7,72	14,00	47,55	711,73	
3227	Суп картофель с гренками	150	2,24	3,025	20,839	158,3	№ 9
						,	
	Плов говяжий	145	11,16	6,229	27,76	158,6	№ 18
	П	100	1.4	10.0	6.0	1055	Nr. 40
	Икра кабачковая	109	1,4	12,2	6,9	105,7	№ 42
	Хлеб пшеничный	20	2,075	0,325	12,025	44,6	№ 48A
		20	_,=,=	0,020	12,020	77,0	
	Компот из сухофруктов	150	0,1	-	14,33	40,4	№ 59
						Í	
	Итого за обед:		15,743	14,325	61,135	507,6	
ПОЛДНИК	P	70	2 275	2.505	27.025	1.40.00	<u>№ 82</u>
	Булка ванильная	50	2,375	3,595	27,925	148,98	JNº 82
	Кефир	150	4,2	4,8	7,05	93	<u>№</u> 74
	220-ф.:.Р	150	-,-	1,0	,,,,,	75	
	Яблоко	81	0,162	-	8,16	34	№ 85
	Итого за полдник:		6,737	8,395	43,135	276,9	
УЖИН	Y2		10.51	C 007	4.07	400 5-	Nr. 107 :
	Котлета говяжья с соусом	75	12,74	6,025	4,87	128,25	№ 125A
	Пюре	100	2,29	3,4	18,16	121	№ 101A
	Хлеб пшеничный	19	0,99	0,165	6,8	33,45	№ 107A
	Какао	150	4,2	5,25	11,52	112,5	№ 114
			24.64	4 = 60	# 0.64	120	
**	Итого за ужин:		21,26	15,08	50,21	438	
Ито	го за восьмой день:		53,66	51,88	203,81	1633	

Прием пищи	Наименование блюда	Выхо д блюд а	Пищевые вещества			Энерге тическ ая ценнос	№ рецеп- туры
			Б	Ж	У		
ДЕНЬ 9							
3ABTPAK 1							
	Творожная запеканка	100	7	8,995	12,645	220,48	№ 54
	Сгущенное молоко	20	1	1,7	11,2	64	№ 52
	Хлеб пшеничный	25	1,66	0,26	9,3	55,75	№ 46
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,045	36,7	
	Какао	150	2,87	3,58	14,58	90	№ 68
3ABTPAK 2							
	Сок фруктовый	75	0,3	-	9,94	37,5	№ 73
<u> </u>	Ітого за завтрак:		12,86	15,525	61,13	504,4	
ОБЕД	P		7	- /-	- , -	201,1	
7 1	Суп ячневый	150	2,915	3,43	14,408	135,45	№ 10
	Рыба со сметаной	55	2,37	1,17	1,72	85,28	№ 13
			,	,	,	00,20	
	Картофель отварной	85	1,7	3,3	16,59	119,76	№ 33
	Капуста тушеная	85	1,252	3,64	7,77	62,15	№ 40
	Хлеб пшеничный	20	2,075	0,325	12,025	44,6	№ 48
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	14,94	64,2	
	Компот из сухофруктов	150	0,1	_	14,33	41,2	№ 60
	Итого за обед:		11,822	12,075	81,783	552.64	
ПОЛДНИК	итого за обед.		11,022	12,073	01,703	552,64	
ПОЛДПИК	Печенье сахарное	39	2,22	3	22,86	156	№ 83
	Кефир	150	4,2	4,8	7,05	93	<u>№</u> 74
	Tr	120	, -	, -	. ,		
	Яблоко	81	0,24	-	8,16	34	№ 85
173	TOPO DO HOUSEWAY		6.66	70	20 07	202	
ужин	того за полдник:		6,66	7,8	38,07	283	
	Суп молоч вермишелевый	150	4,75	8,48	14,22	164,46	№ 94A
	Хлеб ржаной	20	1,32	0,22	9,08	44,6	№ 105A
	Повидло фруктовое	5	0,015	-	3	12,4	№ 122
	Чай	150	-	_	3,82	15,6	№ 116 Б
	Итого за ужин:		6,085	8,7	30,12	237	
Итог	го за девятый день:		39,38	44,1	185	1577	

Прием пищи	Наименование блюда	Выхо	, ,		цества	Энергет ическая	№ рецеп-
		блюд		27.0	3.7	ценност	туры
ДЕНЬ 10			Б	Ж	У		
3ABTPAК 1							
JADII AK I	Суп мол. вермишелевый	150	5,2	7,36	19,58	114,48	№ 30
	Суп мол. вермищелевый	130	3,2	7,50	17,50	114,40	312 30
	Хлеб пшеничный	25	1,66	0,26	9,62	55,75	№ 50
	Масло сливочное	5	0,03	4,12	0,045	36,7	
	Сыр	8,1	1,6	1,8	0,1	25	
	СМР	0,1	1,0	1,0	0,1	23	
	Кофейный напиток	150	_	_	7,98	20,8	№ 67
3ABTPAK 2	тофенизи напиток	130			7,50	20,0	• 1 <u>-</u> 0 /
321B11 71K 2	Сок фруктовый	75	0,34	_	9,945	37,5	№ 73
	ок фруктовын	7.5	0,5 .		7,7 10	31,5	
1	 Итого за зартиак•		9,785	13,98	49,57	200.5	
ОБЕД	Итого за завтрак: 		7,703	13,30	77,31	290,5	
ОВЕД	Борщ	150	1,83	3,64	10	7Q /1	№ 4
	Борщ	150	1,03	3,04	10	78,41	312 →
	Картофельная запеканка	150	12,74	8	19,94	221,38	№ 17
	Картофельная запсканка	150	12,77	0	17,77	221,30	J\ <u>≃</u> 1 /
	Морковь с зелен горошком	85	1,4	1,62	4,29	70,6	№ 44
	WIOPKOBB C SCIER TOPOMKOW	05	1,4	1,02	4,27	70,0	71≌ चच
	Хлеб пшеничный	20	1,3	0,22	9	44,6	№ 48
	Хлеб ржаной	30	1,41	0,21	13,2	64,2	• 1 <u>-</u> 10
	Acted phanton	30	1,11	0,21	13,2	04,2	
	Компот из сухофруктов	150	0,1	_	9,34	33,6	№ 61
	компот из сухофруктов	130	0,1		7,54	33,0	312 01
	Итого за обед:		19,14	13,73	68,13	512,79	
ПОЛДНИК			17,14	10,70	00,10	312,19	
ПОЛДПИК	Манник	100	6,6	4,25	40	233,5	№ 84
	1724mm	100	0,0	1,23	10	200,0	312 01
	Повидло фруктовое	3	0,009	_	1,8	7,4	№ 89
	Повидаю фруктовое		0,007		1,0	7,4	3 12 09
	Кефир	150	4,2	4,8	7,05	93	№ 75
	TF	150	, -	, -	,	75	
	Яблоко	81	0,15	-	8,16	34	№ 85
			, -		, -		
L			11	9,05	57	367,9	
УЖИН				-,00		301,3	
O MARITI	Рыбный шницель	50	7,05	4,97	5,57	01 00	№ 92A
	· ·	50	2,62	4,49	15,92	91,88	№ 126A
	Каша гречневая рассыпчат	75			· ·	117,95	
	Свекла тушеная в соусе	55	0,667	2,66	7,96	60,39	№ 99A
	Хлеб ржаной	20	1,04	0,24	8,86	42,8	№ 108A
	Кисель	150	0,36	-	7,82	34,5	№ 117B
	Итого за ужин:		11,74	12,36	46,13	347,52	
Ит	ого за десятый день:		44,24	48,66	202,53	1478,52	

	Б	Ж	$\boldsymbol{\mathcal{Y}}$	Энергет
				ическая
				ценност
				Ь
Итого за весь период	350	390	1697	14500
Среднее значение за период	35	39	169,7	1450
норма	31,5	35,25	152,25	1330
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности	110%	110 %	111%	108 %

Муниципальное бюджетное дошкольное бюджет	
сад № 7 комбинированного вида муниципальн станица Старощеј	
	Утверждаю:
	Заведующий МБДОУ детский сад № 7 комбинированного вида
	ст.Старощербиновская
	Н.В.Шкляренко
	ПРИКАЗ от« 04» апреля 2022 года № 79
	•

ПРИМЕРНОЕ 10 ДНЕВНОЕ МЕНЮ на *ОСЕННЕ – ЗИМНИЙ* период / ЯСЛИ /

Ст. Старощербиновская, 2022г