УТВЕРЖДАЮ:

Заметь на велоне и по велоне

ПРИМЕРНОЕ ДВУХНЕДЕЛЬНОЕ МЕНЮ Для организации питания детей от 3 до 7 лет в МБДОУ Д/С6 Сезон осеннее- зимний

| Приё | Nº | Наименование блюда | Выход | Пищев | ые вец | тества | Энерге | Вита |
|---------|---------|--|-----------|--------------|--------------|---------------|--------|-------|
| M | рец | | блюда | Б | Ж | У | тическ | MUH (|
| | епту | | ٦, ٢ | | | | ая | |
| День | 1=10 | | | | | | | |
| | | Завтран | 1 3 | | | | | |
| | 7 | Сыр российский | 10 | 2,32 | 2,95 | 42.04 | 35,83 | |
| | | Пудинг из творога с рисом и изюмом | 180 | 27,25 | 19,37 | | | 0,3 |
| | 05 | Сметана Суп молочный с тыквой и крупой | 15 150 | 0,50 2,48 | 4,00 4,37 | 0,64 12,44 | | |
| | | Чай с сахаром 180/10 | 180 | 0,06 | 0,02 | | | |
| | 332 | хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,02 | 19,3 | | 0,0 |
| | | хлео пшеничный | 40 | 5,10 | 0,4 | 15,5 | 33,32 | |
| Dayrı | MOCK | 20 00 00 00 00 00 00 | 575,0 | 35,8 | 31,1 | 86,2 | 767,9 | 3, |
| | | ре содержание, г | | | | | | ٥, |
| порм | d, I, H | е менее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| | | 2000000 | | | | | | L |
| | 200 | 2 завтра Сок овощной, фруктовый и ягодный | 200 | 1 | 0 | 14.6 | 62,2 | 17 |
| | | | 200 | 1,78 | 1,6 | 14,6 | | |
| | 493 | Кондитерское изделие | 20 | 1,/8 | 1,6 | 17,5 | 91,25 | |
| | | | | 2.70 | 4.6 | 22.4 | 452.5 | 47 |
| | | ре содержание, г | | 2,78 | 1,6 | | 153,5 | 17 |
| порм | а, г, н | е менее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| | | 06 | 1 | | | | | |
| | | Обед | 50 | 0.50 | 2.22 | F 45 | 40.57 | |
| | 00 | Салат из квашенной капусты с зёлёны | | 0,50 | 2,33 | | | |
| | | Суп картофельный с макаронными изд | | 2,28 | 2,46 | | | |
| | | Мясо тушеное с овощами в соусе | 180 | 21,71 | 16,55 | | | - |
| | 3/9 | Кисель из сушеных фруктов | 180 | 0,21 | 0,01 | | | |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | | 85,40 | |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,14 | |
| | | | | | | | | |
| Факти | ическо | ре содержание, г | 700 | 30,37 | 22,25 | 96,56 | 707,97 | 11,9 |
| Норм | а, г, н | е менее | 600-800 | 18,9 | 21 | 91,4 | 630,0 | |
| | | | | | | | | |
| | 242 | Ужин (уплотнённь | | | | | | |
| | | Каша рассыпчатая | 120 | 4,20 | 2,55 | | | |
| | | Печеньпо-стогановски с соусом 50/30 | 80 | | 13,60 | - | | |
| | | Фрукты свежие | 100 | | 0,40 | | | |
| | | Молоко кипяченое | 200 | | 5,42 | | | |
| | 478 | Булочка "Осенняя" | 30 | 2,01 | 2,99 | 14,65 | 93,55 | 0,0 |
| | | | | | | | | |
| Факти | ическо | ре содержание, г | 530 | 26,9 | 24,96 | 62,03 | 580,37 | 12,7 |
| | | е менее | 450-600 | | | 91,35 | | |
| | | | | | | | | |
| итог | О за 1 | день | 2115776 | 95,8 | 79,9 | 276,8 | 2209,7 | 197, |
| | | е менее | 7215711 | 54,0 | 60,0 | | | |
| | | | | | | - | | |
| | | | | | | | | |

| оиё | Nº | Наименование блюда | Выход | Пищев | ые вец | цества | Энерг | Вита |
|------|--------------------|--|---|-------|--------------|--------|--------|------|
| M | реце | | блюда | 5 | Ж | У | етичес | MNH |
| 4111 | | | , r | 1,000 | | | кая | |
| ЭНЬ | 2=8 | | | | | -11-1- | | |
| | | Завтрак | | | | | | |
| | 224 | Омлет паровой с мясом | 120 | 14,84 | 18,22 | 2,32 | 232,6 | 0,5 |
| | | Горшек зелёный консервированный | 60 | 0,67 | | 6,86 | | |
| | | Бутерброд с повидлом | 50 | 2,51 | 3,93 | 28,88 | | |
| | - | Какао с молоком | 180 | 3,058 | | | 88,9 | 1,4 |
| | 368 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,4 | |
| _ | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 46,8 | |
| акті | ическо | е содержание, г | 530,0 | 23,1 | 25,4 | 70,7 | 603,7 | 12 |
| | | е менее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| | | | ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,, | | | 00,0 | 150,0 | |
| | | 2 завтрак | | | | | | |
| | 401 | Напиток кисломолочный | 200 | 5,22 | 4,5 | 7,56 | 91,62 | 0, |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| _ | | е содержание, г | | 5,22 | 4,5 | 7,6 | | 0, |
| орм | а, г, не | менее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| | | 05 | | | | | | |
| | 25 | Обед Салат из свёклы с яблоками | 60 | 0,67 | 2.10 | 6,86 | F2.00 | Г |
| | | | | | 3,10 4,09 | | | - |
| | - | Рассольник ленинградский | 200 | 1,68 | | 13,27 | | 6, |
| | | Птица отварная (с соусом сметанным) 65/2 | | 18,99 | | 22.01 | 186,12 | 21 |
| | | Картофель отварной | 150 | 2,86 | | 23,01 | 142,36 | |
| | 3/3 | Компот из свежих плодов | 180 | 0,22 | 0,13 | | | |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | | | |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 85,40 | |
| акти | ическо | е содержание, г | 750 | 29,29 | 24,68 | 94.55 | 717,45 | 33 |
| | | менее | 600-800 | | 21 | 91,4 | | |
| | | | | | | | | |
| | | Ужин (уплотнённый | полдни | к) | | | | |
| | 22 | Салат из картофеля с солёными огурцами | 60 | 0,55 | 2,09 | 3,43 | 34,73 | 4, |
| | | Рыба, запечённая в омлете | 150 | 13,07 | 4,37 | 2,57 | 101,89 | 0,: |
| | 394 | Чай с молоком 180/10 | 180 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 88,98 | 1 |
| | 489 | Кекс "Детский" | 37 | 2,15 | 6,75 | 18,50 | 143,41 | 0, |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,14 | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| акти | ическо | е содержание, г | 457,00 | | | | 439,15 | |
| орм | а, г, не | менее | 450-600 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| TOF | 0 00 1 | | | 76.4 | 70.0 | 225 4 | AOCA C | - |
| | О за 1, | | | 78,4 | | | 1851,9 | |
| nbw | id, I , H 6 | е менее | | 54,0 | 60,0 | 261,0 | 1800,0 | |
| | | | | | | | | |

| | Nº | Наименование блюда | Выхо | Пищев | ые вец | ества | Энерге | Витам |
|------|----------|---------------------------------------|----------|-------|------------------------|-----------|-----------|------------------------|
| M | реце | | А | Б | Ж | У | тическа | ин С |
| | дутп | | блюд | | | 1 5 (5) | Я | |
| НЪ | 3=2 | | | | 1 | | | |
| | | Завтрак | | | | | | 12 1 |
| | | Каша гречнево-пшёная жидкая с сахаром | 155 | 3,44 | 0,99 | 23,58 | | |
| | | Омлет с морковью | 60 | 5,70 | 10,80 | 2,60 | 130,4 | |
| | 178 | Оладьи из печени "по-Кунцевски" | 50 | | 7,91 | 7,44 | 143,4 | 4 4 |
| | 395 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,4 | 90,5 | 1,1 |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 85,4 | |
| | | | | | | | | |
| екти | ическо | е содержание, г | 495,0 | 25,9 | 22,7 | 64,7 | 566,7 | 1 |
| рм | а, г, не | менее | 400-55 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| | 1 | 2 завтрак | | | | | | <u></u> |
| | 401 | Напиток кисломолочный | 200 | 5,22 | 4,50 | 91,62 | 0,54 | |
| | | Кондитерское изделие | 20 | 1,78 | 2,6 | 27,5 | 71,2 | |
| | Ì | | | | | | | |
| зкті | ическо | е содержание, г | | 7 | 7,1 | 119,1 | 71,7 | <u> </u> |
| орм | а, г, не | е менее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| | | | | | | | | |
| | | Обед | 1 | | | | | |
| | | Салат из свеклы с огурцами солеными | 60 | | 3,10 | 6,86 | | 5, |
| | 71 | Щи из квашенной капусты с картофелем | 20 | - | 3,80 | 5,30 | 60,56 | |
| | | Гуляш из отварной говядины 60/60 | 120 | | | 4,62 | | 0 |
| | | Каша рассыпчатая | 100 | | | | | 7-1 |
| | 382 | Кисель из сока натурального | 180 | | 3,35 | 27,22 | 154,18 | 1, |
| | | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,4 | 19,3 | 93,52 | |
| | | | | | | | | |
| акті | ическо | е содержание, г | 520 | 30,42 | 24,58 | 81,72 | 669,81 | 15, |
| ри | а, г, не | е менее | 600-80 | 18,9 | 21 | 91,4 | 630,0 | |
| | | Ужин (уплотнённый | і полдни | IK) | | | | |
| | | Икра овощная | 60 | | 2,48 | 4,29 | 42,60 | 2, |
| | | Тефтели рыбные тушёные | 80 | 1711 | | 9,68 | | A distance of the last |
| | 319 | Картофель в молоке | 120 | | | | | |
| | | Пирожки печеные из дрожжевого теста | 35 | | | | | |
| | | Чай с молоком 180/10 | 180 | | 2,34 | | | |
| | 334 | Хлеб пшеничный | 30 | 200 | | | | |
| | | Фрукты свежие | 50 | | 0,30 | 4,9 | | |
| | | ре содержание, г | 555 | | | - | 2549,61 | |
| | MINORIA | е содержание. | 222 | | | | | |
| | | | 450-60 | 12 90 | 71 AAI | 97 45 | I DALLIII | |
| | | е менее | 450-60 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| OPN | | е менее | 450-60 | | 21,00 141,7 60,0 | 603,3 | 3857,8 | 77 |

| риё | Nº | Наименование блюда | | Пище | вые ве | щества | Энерг | Витам |
|-----------------|-------------------|--|---------|-------|--------|--------|--------|-------|
| M | реце | | блюда, | Б | Ж | У | етичес | ин С |
| | птур | | Г | | | | кая | |
| ень | 4=5 | | | | | | | |
| | | Завтрак | | | | | | |
| | | Суп молочный с крупой | 200 | 5,48 | 5,05 | 16,00 | | 0,9 |
| | | Сыр порциями Российский | 15 | 3,57 | 4,43 | | 54,15 | 0,1 |
| | 394 | Чай с молоком 180/10 | 180 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | | 1,20 |
| | 200 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,40 | 19,30 | | 10.00 |
| | 308 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | 10,00 |
| акти | _{1ческо} | е содержание, г | 535,0 | 15,3 | 12,6 | 59,4 | 367,9 | 2,3 |
| орм | а, г, не | е менее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| | 1 | 2 завтрак | | | | | | |
| | | Напиток витаминизированный (готовый) | 165 | 0,1 | 0 | 18 | 72,4 | |
| 210-1 | 4110040 | | | 0.10 | C | 10.0 | 72.4 | |
| | | е содержание, г | | 0,10 | 0 | 18,0 | 72,4 | (|
| MAD | d, 1, Ht | е менее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| бед | | | | | | | | |
| vc _H | | Салат из квашеной капусты с зел.горошеом | 60 | 0,50 | 2,33 | 5,15 | 43,57 | 0,20 |
| | * 216 | Суп с макаронными изделиями | 200 | 3,80 | 4,80 | 18,80 | | |
| | | Суфле из отварного мяса с рисом | 80 | 12,45 | | | 219,10 | |
| | | Рагу овощное с картофелем | 120 | 6,20 | | | 159,44 | |
| | | Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,44 | | | | |
| | 3/0 | | | | | 27,77 | | 0,40 |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 85,40 | |
| акти | ическо | е содержание, г | 710 | 26,69 | 27,42 | 100,15 | 754,13 | 0,6 |
| | | е менее | 600-800 | | | | 630,00 | |
| ённі | ый по л | лдник) | | | | | | |
| | 40 | Салат из моркови с яблоками | 60 | 0,77 | 3,08 | 6,56 | 57,04 | 3 |
| | 238 | Запеканка из творога с морковью | 150 | 20,99 | 18,52 | 42,80 | 421,87 | |
| | | Соус фруктовый | 30 | 0,14 | 0,02 | 19,4 | | |
| | 400 | Молоко кипяченое | 200 | 6,09 | 5,42 | 10,07 | 113,42 | 2,73 |
| | 454 | Пирожки печёные из дрожжевого теста | 35 | 4,41 | 1,995 | 12,7 | 86,44 | 0,035 |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,14 | |
| | | -4 | | | | | | |
| ЭКТИ | ческо | е содержание, г | 445,00 | 34,00 | 26,26 | 99,47 | 770,20 | 4,66 |
| орм | а, г, не | менее | 450-600 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| E05 | 0 1 | | | 76.4 | 66.0 | 077.0 | 4004 7 | |
| | 0 за 1 | | | 76,1 | | | 1964,7 | 7,5 |
| 1 | a, I, H6 | е менее | | 54,0 | 60,0 | 261,0 | 1800,0 | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |

| риё | Nº | Наименование блюда | Выход | Пище | вые вец | цества | Энерг | Витам |
|-------|---------------|---|---------------------|--------------------------------|------------------------|-------------------------|-------------------------------------|---------------|
| M | реце | | блюда, | Б | ж | У | етичес | ин С |
| | аутп | | Г | | | | кая | |
| ень | 5=6 | | 50 9 | 115,50 | | | | |
| | | Завтра | К | | | | | |
| | | Масло сливочное | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,1 | |
| | | Каша пшённая жидкая с сахаром | 155 | 3,44 | 0,99 | 23,58 | | |
| | | Сырники из творога с картофелем | 100 | 12,61 | 9,47 | 16,10 | | 4,35 |
| | | Салат из моркови с сахаром | 60 | 0,77 | 3,08 | 6,56 | | |
| | 392 | Чай с сахаром 180/10 | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | | 0,03 |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,1 | |
| акти | <u>ческо</u> | е содержание, г | 530,0 | 19,3 | 17,5 | 70,8 | 517,7 | 7,4 |
| орм | а, г, не | менее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| | | | | | | | | |
| | * | 2 завтра | | 0.1 | | 10 | 72.4 | |
| - | | Напиток витаминизированный (готовый | | 0,1 | 0 | 18 | | 0.000 |
| | | Кондитерское изделие | 20 | 1,78 | 2,6 | 27,5 | 140,52 | 0,002 |
| акти | ческо | е содержание, г | | 1,88 | 2,6 | 45,5 | 212,9 | 0,002 |
| ори | а, г, не | менее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| | | | | | | | | |
| | | Обед | | | | | | |
| | 12 | Салат из кукурузы (консервированной) | 60 | 1,73 | 3,70 | 4,82 | 59,50 | 5,58 |
| | 57 | Борщ с квашеной капустой и картофеля | 200 | 1,38 | 3,92 | 9,76 | 79,84 | 6,43 |
| | | Шницель рубленый (из говядины) | 80 | 12,44 | 9,24 | 12,56 | 183,16 | 0,12 |
| | 205 | Макароны отварные с маслом | 130 | 4,76 | 3,66 | 22,86 | 143,42 | |
| | 372 | Компот из свежих плодов | 180 | 0,14 | 0,11 | 21,67 | 88,24 | 0,7 |
| | _ | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 50 | 3,3 | 0,6 | 16,7 | 85,40 | |
| | | | | | | | | ····· |
| акти | 1ческо | е содержание, г | 700 | 23,75 | 21,228 | 88,372 | 639,56 | 12,904 |
| орм | а, г, не | менее | 600-800 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| | | | | | | | | |
| - | | Ужин (уплотнённі | | | | 200 | | |
| | 1 | Салат из свеклы с зеленым горошком | 60 | 1,00 | 2,51 | 4,92 | | 5,88 |
| | | Запеканка картофельная с мясом или по | | 12,13 | 9,50 | 10,22 | | 9,30 |
| | * | Сметана | 15 | 0,25 | 2,00 | 0,32 | | |
| | | 17 | 40 | 2,83 | 5,26 | 22,30 | 147,82 | |
| | 460 | Крендель сахарный | 70 | | | | | O.F. |
| | | крендель сахарныи Напиток кисломолочный | 200 | 5,22 | 4,5 | 7,6 | 91,62 | 0,54 |
| | | | | | 4,5 0,40 | 7,6 19,30 | | 0,54 |
| E ATS | 401 | Напиток кисломолочный Хлеб пшеничный | 200 40 | 5,22 3,16 | 0,40 | 19,30 | 93,44 | |
| | 401 | Напиток кисломолочный Хлеб пшеничный е содержание, г | 200 | 5,22 3,16 24,59 | 0,40 24,17 | 19,30 64,62 | 93,44 574,3 3 | |
| | 401 | Напиток кисломолочный Хлеб пшеничный | 200 40 515,00 | 5,22 3,16 24,59 | 0,40 | 19,30 | 93,44 574,3 3 | |
| PPY | 401 | Напиток кисломолочный Хлеб пшеничный е содержание, г менее | 200 40 515,00 | 5,22 3,16 24,59 | 0,40 24,17 | 19,30 64,62 91,35 | 93,44 574,3 3 | 15,72 |
| TOT | 401 44ecko | Напиток кисломолочный Хлеб пшеничный е содержание, г менее | 200 40 515,00 | 5,22 3,16 24,59 18,90 | 0,40 24,17 21,00 | 19,30 64,62 91,35 | 93,44 574,33 630,00 1944,5 | 15,72 36,0 |

| риё | Nº | Наименование блюда | Выход | Пище | вые вец | | Энерг | Витал |
|------|-----------------------|--|-----------|-------|---------|-------|--------|----------|
| M | реце | | блюда, | Б | ж | У | етиче | ин С |
| ИЩ | аутп | The second secon | Г | | | | ская | |
| ень | 6=3 | | | | | | | |
| | | Завтрак | | | | | | |
| | | Сыр российский | 10 | 2,32 | 2,95 | | 35,8 | 0,0 |
| | | Масло сливочное | 5 | 0,04 | 3,63 | 0,07 | 33,1 | |
| | 211 | Запеканка из макарон с творогом | 205 | 13,87 | | 37,0 | | |
| | | Яйцо отварное | 40 | 5,08 | 4,6 | 0,28 | | 5,0 |
| | 394 | Чай с молоком <u>180/10</u> | 180 | 2,67 | 2,34 | 14,31 | 88,98 | 1 |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,1 | |
| акти | ческо | е содержание, г | 470,0 | 26,4 | 27,5 | 66,1 | 617,4 | 6 |
| орм | а, г, не | еменее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| | | | | | | | | |
| | | 2 завтран | | | | | | |
| | 399 | Сок овощной, фруктовый и ягодный | 200 | 0,60 | 0,20 | 30,40 | 125,80 | |
| | | Кондитерское изделие | 20 | 0,2 | 0 | | 152,80 | |
| | | | | - | | | | |
| акти | ческо | е содержание, г | | 0,80 | 0,2 | 68,4 | 278,6 | |
| | | еменее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| | | | | | | / | 1- | |
| | | Обед | 4 | | | | | |
| | *45 | Винегрет овощной | 50 | 0,67 | 3,80 | 3,84 | 52,24 | 6, |
| | 81 | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 4,39 | 4,22 | 13,06 | | |
| | | Фрикадельки из птицы | 80 | 13,23 | 6,65 | 6,88 | | |
| | 318 | Картофель отварной | 100 | 1,91 | 2,88 | 15,34 | | |
| | | Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,44 | 0,22 | 27,77 | | 0,4 |
| | 370 | Хлеб пшеничный | 40 | 3,16 | 0,22 | 19,3 | | 0,- |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 25 | 1,65 | | | | |
| | | ллео ржаной, ржано-пшеничный | 23 | 1,03 | 0,18 | 0,33 | 42,34 | |
| акти | ческо | е содержание, г | 695,00 | 25,45 | 18,35 | 94,74 | 645,89 | 11, |
| орм | <mark>а, г, не</mark> | еменее | 600-800 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| | | Ужин (уплотнённы | นี้ กดขนท | ĸ) | | | | <u> </u> |
| | 76 | Сельдь с луком | 55 | 2,69 | 6,27 | 0,91 | 70,83 | |
| | | Пюре картофельное | 100 | 2,03 | | | | |
| | | Коржики молочные | 37 | | | | 125,42 | 12, |
| | | Кофейный напиток с молоком | | 2,39 | | | | 0 |
| | 333 | | 180 | 2,58 | | | 100,49 | |
| | 260 | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 25 | 1,65 | 0,18 | | | |
| | 508 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,40 | 10, |
| _ | 2000 | | 407.00 | 44.75 | 16.33 | 70.40 | 474.00 | 22 |
| | | е содержание, г | 497,00 | 11,75 | | | 474,96 | 22, |
| | a 1, He | е менее | 450-600 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| TOO | О за 1 | лень | | 64,4 | 62,3 | 290 7 | 2016,9 | 12.5 |
| | | э менее | | 54,0 | 60,0 | | 1800,0 | |
| | - nt | Mence | | 24,0 | - 00,0 | 201,0 | 1000,0 | |
| | | | | | | | | |

| риё | Nº | Наименование блюда | Выхо | Пищев | ые вец | цества | Энергет | Витам |
|-------|-----------------------|--|----------|-------|--------|--------|---------|-------|
| M | реце | | А | Б | Ж | У | ическая | ин С |
| MIT | | | блюд | | | | ценнос | |
| ень | 7=1 | | | | | | | |
| | | Завтрак | | | | | | |
| | | Бутерброд с маслом сливочным, с сыром ро | | 4,73 | 6,88 | 14,56 | | 0,07 |
| | | Каша овсяная жидкая с сахаром | 205 | 3,79 | 5,48 | 19,0 | | |
| | 395 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,85 | 2,41 | 14,36 | | 1,17 |
| | | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,4 | 10 |
| | | | | | | | | |
| DEKTY | ческо | е содержание, г | 530,0 | 11,8 | 15,2 | 57,8 | 414,6 | 11,2 |
| MOO | <mark>а, г, не</mark> | менее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| | | 2 завтрак | | | | | | |
| | | Напиток витаминизированный (готовый) | 165 | 0,1 | 0 | 18 | 72,4 | |
| | | Кондитерское изделие | 20 | 1,78 | 1,6 | 17,5 | 91,52 | 0,002 |
| | | - | | | | | | |
| EKTH | ческо | е содержание, г | | 1,88 | 1,6 | 35,5 | 163,9 | 0,002 |
| юрм | а, г, не | менее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| | | Обед | | | | | | |
| | 45 | Салат из квашенной капусты | 60 | 0,50 | 2,33 | 5,15 | 43,57 | 1,58 |
| | | Суп с рыбными фрикадельками | 200 | 5,00 | 2,90 | 10,70 | | 9,84 |
| | 01 | Суфле мясное из говядины стыквой | 80 | 11,46 | 4,39 | 0,13 | | 2,0 |
| | 313 | Каша рассыпчатая | 120 | 6,88 | 4,87 | 64,40 | | |
| | | Компот из свежих плодов | 180 | 0,14 | 0,11 | 21,67 | 88,24 | 0,77 |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | | 0,77 |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | | | |
| Pakty | ческо | е содержание, г | 710,00 | 27,28 | 15.20 | 118,75 | 720,97 | 12,19 |
| | | менее | 600-800 | | | | | |
| | | Ужин (уплотнённы) | і полдни | IK) | | | | - |
| | 39 | Салат из моркови с яблоками | 60 | | 3,08 | 6,56 | 57,04 | |
| | | Пудинг из творога с рисом запеченый | 130 | 19,68 | | | | 0,34 |
| | | Соус фруктовый | 30 | 1,17 | 2,71 | 7,95 | | 0,20 |
| | | Молоко кипяченое | 200 | | 5,42 | | | 2,7 |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | | | |
| | | | | | | | | |
| THE P | ECKO | е содержание, г | 440,00 | | 22,32 | 59,32 | | 3,2 |
| inc.w | a , H€ | менее | 450-600 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| | 0 38 1 | день | | 69,4 | 54,3 | | | |
| EC. | E, I, H | е менее | | 54,0 | 60,0 | 261,0 | 1800,0 | |
| | | | | | | | | |

| oue! | Νo | Наименование блюда | Выход | Пищев | ые вец | цества | Энергет | Витам |
|------------|----------------|--|----------|--------------|----------|---------------------|---------|-------|
| 4 | реце | | блюда | Б | ж | У | ическая | ин С |
| | птур | | 7. | | 14 | | ценност | |
| 5 | 8=9 | | | | | The second | | |
| | | Завтрак | | | | | | |
| | | Сыр российский | 15 | | 4,43 | | 53,75 | 0,1 |
| | | Каша рисовая жидкая с сахаром | 155 | 1,60 | 0,23 | 21,77 | 95,35 | |
| - | 239 | Оладьи из творога | 50 | 6,95 | 5,30 | 0,48 | | 0,1 |
| | | Салат из моркови с сахаром | 60 | 0,77 | 3,08 | 6,56 | 57,04 | |
| | | Чай с сахаром 180/10 | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,38 | 0,0 |
| | | Хлеб пшеничный | 20 | 1,58 | 0,20 | 9,66 | 46,76 | |
| | 368 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,4 | 10,0 |
| вкти | ческо | е содержание, г | 580,0 | 14,8 | 13,7 | 58,3 | 415,3 | 13, |
| рма | а, г, не | менее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| | | | | | | | | |
| | | 2 завтрак | | | <u>_</u> | | | |
| | 399 | Сок овощной, фруктовый и ягодный | 200 | 0,60 | 0,20 | 30,40 | 125,8 | |
| | | Кондитерское изделие | 20 | 1,78 | 2,6 | 27,5 | | |
| | | | | | | | | |
| RTU | ческо | е содержание, г | | 2,38 | 2,8 | 57,9 | 266,3 | |
| | | менее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| Piri | ם, ו, הכ | Mence | | 2,1 | 3,0 | ± (V-± | 30,0 | |
| | | Обед | | Li | 1 | | | |
| | ΛE | Салат из квашенной капусты | 60 | 0,50 | 2,33 | 5,15 | 43,57 | 6,1 |
| | | | 200 | | 2,23 | | | 6,6 |
| | 80 | Суп картофельный с крупой | | | | | | |
| | 224 | Котлеты рыбные любительские | 80 | | 3,70 | 8,69 | | 3,0 |
| _ | | Пюре картофельное | 130 | 1 | 4,16 | | | 15,7 |
| | 384 | Кисель молочный | 180 | | 3,35 | 27,22 | | 1,2 |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 85,4 | |
| акти | ıческ о | е содержание, г | 700 | 23,26 | 16,37 | 89,06 | 596,639 | 32,83 |
| | | менее | 600-800 | 18,9 | 21 | 91,4 | 630,0 | |
| | , , | | | | | | | |
| | | Ужин (уплотнённый | і полдни | ık) | | | | |
| | 22 | Салат из картофеля с солеными оругцами | 60 | 1,09 | 4,17 | 6,86 | 69,33 | 9,6 |
| | | Тефтели из говядины | 80 | | | | | |
| | 227 | Капуста тушеная | 150 | | 4,84 | | | |
| | | Напиток кисломолочный | 200 | | 1,80 | | | |
| | 401 | Хлеб пшеничный | 30 | | 0,30 | | | |
| | * 475 | | 25 | | | | | |
| | *475 | Булочка обогащенная с изюмом | 23 | 2,20 | 0,01 | 10,08 | 13,31 | |
| | AUPCRO | ре содержание, г | 545 | 19,26 | 17,95 | 62,18 | 487,253 | 21 |
| TI | A TO CITE | | 450-600 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| | | е менее | | | | | | 1 |
| | | е менее | | | | | | |
| CON | а, г, н | | | 59,7 | 50,8 | 267,4 | 1765,5 | 75 |
| ODM TOT | о за 1 | | | 59,7 54,0 | | III Talenta and the | | |

| | Nº | Наименование блюда | Выхо | Пищев | ые веш | ества | Энерге | Витам |
|--------------|--|--|--|---|--|---|---|----------------------------------|
| M | реце | | А | Б | ж | У | тическа | ин С |
| | птур | | блюд | | | | Я | 1-0 |
| ень | 9=4 | | | | | | 27 | |
| | | Завтрак | , , | | | | | |
| | 185 | Каша манная жидкая с сахаром | 155 | 2,36 | 0,23 | 20,97 | 95,39 | 17 |
| | | Омлет с картофелем | 60 | 4,03 | 10,20 | 5,55 | 130;12 | 0,0 |
| | 207 | Запеканка из печени с рисом | 60 | 6 | 11 | 10 | 163,00 | |
| _ | 39/ | Какао с молоком | 180 | 3,06 | 2,66 | 13,18 | 88,89 | 1,4 |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 25 | 1,65 | 0,18 | 8,53 | 42,34 | |
| ekTN | ическо | е содержание, г | 480,0 | 17,1 | 24,3 | 58,2 | 519,7 | 1, |
| | | еменее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | <i></i> |
| | | | 400-330 | 13,3 | 13 | 00,0 | 430,0 | |
| | | 2 завтрак | | | | | | |
| | 399 | Сок овощной, фруктовый и ягодный | 180 | 0,60 | 0,20 | 30,40 | 125,80 | |
| | | Кондитерское изделие | 20 | 0,2 | 0,20 | 38 | 152,80 | |
| | | The state of the s | 20 | -,- | | 55 | _52,55 | |
| акти | ическо | е содержание, г | | 0,8 | 0,2 | 68,4 | 278,6 | |
| | | еменее | | 2,7 | 3,0 | 13,1 | 90,0 | |
| | | | | | | | | |
| | <u></u> | Обед | | | | | | |
| | | Салат из солёных огурцов с зелёным горош | 60 | 0,50 | 2,33 | 5,15 | 43,57 | |
| | 57 | Борщ из квашеной капусты с картофелем | 200 | 1,38 | 3,92 | 9,76 | 79,84 | 6,4 |
| | | Биточки рубленые из птицы | 80 | 11,27 | 11,84 | 7,07 | 179,89 | 0,3 |
| | | | | | | | | |
| | 322 | Пюре картофельное с морковью | 130 | 2,48 | 4,00 | 15,61 | 108,36 | 13,0 |
| | | Пюре картофельное с морковью Компот из сушеных фруктов | 130 200 | 2,48 | 0,02 | 15,61 27,77 | 108,36 113,01 | |
| | | Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,77 | 113,01 | |
| | | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный | 200 30 | 0,44 2,37 | 0,02 | 27, 77 14,49 | 113,01 70,14 | |
| | | Компот из сушеных фруктов | 200 | 0,44 | 0,02 | 27,77 | 113,01 | |
| акти | 376 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 200 30 | 0,44 2,37 1,65 | 0,02 | 27, 77 14,49 | 113,01 70,14 | 0,4 |
| | 376 ическо | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный е содержание, г | 200 30 25 | 0,44 2,37 | 0,02 0,30 0,18 | 27,77 14,49 8,53 | 113,01 70,14 42,34 | 0,4 |
| | 376 ическо | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 200 30 25 725 | 0,44 2,37 1,65 20,09 | 0,02 0,30 0,18 22,59 | 27,77 14,49 8,53 88,37 | 113,01 70,14 42,34 637,16 | 0,4 |
| | 376 ическо | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный е содержание, г | 200 30 25 725 600-800 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 | 0,02 0,30 0,18 22,59 | 27,77 14,49 8,53 88,37 | 113,01 70,14 42,34 637,16 | 0,4 |
| | 376 ическо | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный ве содержание, г менее Ужин (уплотнённы | 200 30 25 725 600-800 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 | 0,02 0,30 0,18 22,59 | 27,77 14,49 8,53 88,37 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 | 13,6 0,4 20,8 |
| | 376 ическо | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный е содержание, г менее Ужин (уплотнённы | 200 30 25 725 600-80(| 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 | 20,8 |
| | 376 ическо аа, г, не | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный с содержание, г менее Ужин (уплотнённы Салат из белокочан. капусты Зразы куриные с омлетом и овощами | 200 30 25 725 600-800 й полдн | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 | 20,8 |
| | 376 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный е содержание, г менее Ужин (уплотнённы | 200 30 25 725 600-800 й полдн 50 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 6,76 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 3,10 7,36 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 6,86 6,20 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 94,45 | 20,8 |
| | 376 ическо аа, г, не 313 401 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный с содержание, г менее Ужин (уплотнённы Салат из белокочан. капусты Зразы куриные с омлетом и овощами Каша рассыпчатая Напиток кисломолочный | 200 30 25 725 600-800 1 120 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 6,76 2,05 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 3,10 7,36 3,34 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 6,86 6,20 14,06 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 94,45 66,60 | 20,8 |
| | 376 ическо аа, г, не 313 401 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный с содержание, г менее Ужин (уплотнённы Салат из белокочан. капусты Зразы куриные с омлетом и овощами Каша рассыпчатая Напиток кисломолочный Ватрушка с творогом | 200 30 25 725 600-800 й полдн 50 60 120 200 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 6,76 2,05 5,40 2,23 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 3,10 7,36 3,34 1,80 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 6,86 6,20 14,06 7,20 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 94,45 66,60 110,57 | 0,4 |
| | 376 ическо а, г, не 313 401 458 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный се содержание, г менее Ужин (уплотнённы Салат из белокочан. капусты Зразы куриные с омлетом и овощами Каша рассыпчатая Напиток кисломолочный Ватрушка с творогом Хлеб пшеничный | 200 30 25 725 600-800 100 60 120 200 35 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 6,76 2,05 5,40 2,23 2,37 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 3,10 7,36 3,34 1,80 1,49 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 6,86 6,20 14,06 7,20 22,06 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 94,45 66,60 110,57 70,14 | 0,4 20,8 0,2 1,4 0,0 |
| орм | 376 44ecko 13, г, не 313 401 458 368 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный се содержание, г менее Ужин (уплотнённы Салат из белокочан. капусты Зразы куриные с омлетом и овощами Каша рассыпчатая Напиток кисломолочный Ватрушка с творогом Хлеб пшеничный Фрукты свежие | 200 30 25 725 600-80(100 35 30 100 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 6,76 2,05 5,40 2,23 2,37 0,40 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 3,10 7,36 3,34 1,80 1,49 0,30 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 6,86 6,20 14,06 7,20 22,06 14,49 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 94,45 66,60 110,57 70,14 44,4 | 0,4 20,8 0,2 1,4 0,0 |
| орм | 376 ическо а, г, не 313 401 458 368 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный се содержание, г менее Ужин (уплотнённы Салат из белокочан. капусты Зразы куриные с омлетом и овощами Каша рассыпчатая Напиток кисломолочный Ватрушка с творогом Хлеб пшеничный Фрукты свежие ре содержание, г | 200 30 25 725 600-800 10 50 60 120 200 35 30 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 6,76 2,05 5,40 2,23 2,37 0,40 19,48 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 3,10 7,36 3,34 1,80 1,49 0,30 0,40 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 6,86 6,20 14,06 7,20 22,06 14,49 9,80 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 94,45 66,60 110,57 70,14 44,4 517,86 | 0,4 20,8 0,2 1,4 0,0 |
| орм | 376 ическо а, г, не 313 401 458 368 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный се содержание, г менее Ужин (уплотнённы Салат из белокочан. капусты Зразы куриные с омлетом и овощами Каша рассыпчатая Напиток кисломолочный Ватрушка с творогом Хлеб пшеничный Фрукты свежие | 200 30 25 725 600-800 50 60 120 200 35 30 100 595,00 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 6,76 2,05 5,40 2,23 2,37 0,40 19,48 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 3,10 7,36 3,34 1,80 1,49 0,30 0,40 17,39 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 6,86 6,20 14,06 7,20 22,06 14,49 9,80 70,87 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 94,45 66,60 110,57 70,14 44,4 517,86 | 0,4 20,8 0,2 1,4 0,0 |
| орм Эакти | 376 ическо а, г, не 313 401 458 368 | Компот из сушеных фруктов Хлеб пшеничный Хлеб ржаной, ржано-пшеничный се содержание, г менее Ужин (уплотнённы Салат из белокочан. капусты Зразы куриные с омлетом и овощами Каша рассыпчатая Напиток кисломолочный Ватрушка с творогом Хлеб пшеничный Фрукты свежие се содержание, г менее | 200 30 25 725 600-800 50 60 120 200 35 30 100 595,00 | 0,44 2,37 1,65 20,09 18,9 ик) 0,67 6,76 2,05 5,40 2,23 2,37 0,40 19,48 | 0,02 0,30 0,18 22,59 21 3,10 7,36 3,34 1,80 1,49 0,30 0,40 17,39 | 27,77 14,49 8,53 88,37 91,4 6,86 6,20 14,06 7,20 22,06 14,49 9,80 70,87 | 113,01 70,14 42,34 637,16 630,0 58,02 118,08 94,45 66,60 110,57 70,14 44,4 517,86 630,00 | 0,4 20,8 0,2 1,4 0,0 |

| риё | Nº2 | Наименование блюда | Выхо | Пищев | | | | Витам |
|-------|-----------|---|-----------|--------------|--------------|--------|------------------|-------|
| M | реце | | А | Б | Ж | У | етиче | ин С |
| | птур | | блюд | | | | ская | |
| ень | 10=7 | | | | | | | |
| | | Завтрак | | 2.54 | 2.02 | 20.00 | 400.00 | 0.4 |
| | 2 | Бутерброд с повидлом Суп молочный с крупой | 55 180 | 2,51 4,33 | 3,93 4,57 | 28,88 | 160,93 118,85 | 0,4 |
| | | | | | 11,04 | 6,29 | | • 0,8 |
| | | Омлет с зеленым горошком Оладьи из печени "по-Кунцевски" | 50 50 | 5,73 10,6 | 7,91 | 7,44 | | 0, |
| | | Чай с сахаром 180/10 | 180 | 0,06 | 0,02 | 9,99 | 40,38 | 0,0 |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 25 | 1,65 | 0,18 | 8,53 | | 0,0 |
| | | ллео ржанои, ржано-пшеничный | 25 | 1,00 | 0,10 | 0,55 | T.L.) U.L. | - |
| ракти | ическо | е содержание, г | 550,0 | 24,9 | 27,7 | 76,2 | 652,6 | 1, |
| | | еменее | 400-550 | 13,5 | 15 | 65,3 | 450,0 | |
| Юрии | 0,1,110 | Mettee | 100 330 | 20,0 | | | | |
| | | 2 завтран | _!; { | | | | | |
| | 399 | Сок овощной, фруктовый и ягодный | 180 | 0,60 | 0,20 | 30,40 | 125,80 | |
| | | | | | | | | |
| | | | | | | | | |
| ракти | ическо | е содержание, г | | 0,60 | 0,20 | 30,40 | 125,80 | 8,0 |
| | | еменее | | 2,70 | 3,00 | 13,05 | 90,00 | |
| | | | | | | | | |
| | | Обед | | | | | | |
| | 34 | Салат из свёклы с зелёным горошком | 60 | 1,00 | 2,51 | 4,92 | 46,24 | 5,8 |
| | 85 | Суп картофельный с клецками 170/10 | 180 | 1,48 | 2,23 | 9,06 | 62,23 | 4,1 |
| | | Голубцы ленивые | 160 | 14,12 | 9,04 | 20,26 | 218,88 | 20,0 |
| | 355 | Соус сметанный с томатом | 30 | 0,53 | - | 2,11 | 24,03 | 0,4 |
| | 384 | Кисель молочный | 180 | 3,78 | 3,35 | 27,22 | 154,15 | |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,14 | |
| | | Хлеб ржаной, ржано-пшеничный | 25 | 1,65 | 0,18 | 8,53 | 41,62 | |
| | | | | | | | | |
| Ракті | ическо | е содержание, г | 665 | 24,929 | 19,11 | 86,587 | 617,29 | 31,7 |
| lopw | а, г, не | е менее | 600-800 | 18,9 | 21 | 91,4 | 630,0 | |
| | | | | | | | | |
| | | Ужин (уплотнённы | й полдн | ик) | | | | , |
| | *45 | Винегрет овощной | 50 | 0,67 | 3,80 | 3,84 | 35,18 | 6,6 |
| | | Кнели рыбные | 80 | 10,91 | 3,34 | 4,45 | 91,50 | 0,2 |
| | 322 | Пюре картофельное с морковью | 100 | 1,91 | 3,08 | 12,01 | 83,40 | 10,5 |
| | 476 | Булочка "Розовая" | 30 | 2,40 | 0,84 | 15,12 | 77,64 | 0,0 |
| | 401 | Напиток кисломолочный | 200 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 90,18 | 1,2 |
| | | Хлеб пшеничный | 30 | 2,37 | 0,30 | 14,49 | 70,14 | |
| | 368 | Фрукты свежие | 100 | 0,40 | 0,40 | 9,80 | 44,4 | 10,0 |
| ракті | ическо | е содержание, г | 590,00 | 34,00 | 26,26 | 99,47 | 770,20 | 4,6 |
| Hopw | 1а, г, не | е менее | 450-600 | 18,90 | 21,00 | 91,35 | 630,00 | |
| | | | | | | | | |
| 10Г | О за 1 | день | | 84,4 | 73,2 | | | |
| Hopm | 1а, г, не | е менее | | 54,0 | 60,0 | 261,0 | 1800,0 | |
| | - 1 | | | | | | | |
| | | | | | - | | | |