Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 3 «Колокольчик» г. Котельниково Волгоградской области 404352 Волгоградская область, гКотельниково, ул. Пролетарская, д12а, T.8(84476)3-23-96 e-mail: okudachkina@mail.ru

УТВЕРЖДАЮ:

Заведионий нико

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ МБДОУ ДС № 3 «КОЛОКОЛЬЧИК»

Сад 10,5 часов

ELMPRANC

ДЕНЬ 1

ll-	Вых	од	Xui	Энерге-тичес		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	кая ценность, ккал
	38	автрак		9		
КАША МАННАЯ С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 220/5		220/5	8,2	9,8	33,6	257,
КРУПА МАННАЯ	27,8	27,5	3,1	0,7	18,8	93,
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	181,5	181,5	5,1	5,6	8,2	105,
СОЛЬ	0,3	0,3	0		0,2	0,
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0		6,5	25,
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	32
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200		200	3,1	3,1	17,1	109,
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	. 1,7	8,
САХАР ПЕСОК	11,1	24.1. 11,1	0	0	10,8	43,
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0,1	0	0,
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	15.	40	2,4	7,5	15,2	137,
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	10	10	0,1	7,3	0,1	66.
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	30	30	2,3		15,1	71,
	3.5	гатуак	10,7	11,0	72,8	503,
	II 3	автрак	1144			7.
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ,			continues a newspaper consequent			
ЯГОДНЫЕ 200		200	1,0	0,2	20,2	92,
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	92,
		Arford Construction of the Angelone	1,0	0,2	20,2	92,
	(Обед	1,0	0,2	20,2	02,
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	·	эоод ()			(22)	
60	10	60	1,4	3,0	7,4	63,
СВЕКЛА	59,7	47,7	0,7	0	4,1	1 9,
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,79	9,9	0,1	0	0,8	19,
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	16,5	16,5	0,6	0	1,8	10,
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,1	3,1	0,0	3	0,0	27,
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 240/10	10	240/10	2,2	7,7	9,5	122,
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	50	30	0,6	0,1	4,8	22,
МОРКОВЬ	15,75	12,6	0,2	0,1	0,9	4,
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,02	10,1	0,1	0	0,8	4,
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5	2,5	0,1	0	0,3	1,
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6	- 6	0	5,8	0	52,
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	190	190	0	0	0	0,
ПЛОВ С КУРИЦЕЙ 180		180	26,0	6,6	22,1	277,
мясо птиы	135	125,5	21,8	4,5	0	154,
КРУПА РИСОВАЯ	25,1	25,1	1,7	0,3	18	81,
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	59,5	50	0,7	0,0	10	01,

МОРКОВЬ	15,75	12,6	0,2	0	0,9	4,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	32,1
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	E	180	0,4	,	24,3	99,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,4	0	10,3	44,1
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65	1	65	anadom.			0,0
ХЛЕБ пшёничный	65	65	0	0	0	0,0
	(to)		30,9	31,6	65,6	564,7
4.	Пол	дник	en e	a 15 p		
ЧАЙ С САХАРОМ 200	4 11	200	0,2		10,4	43,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0.6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,4	33,4	0,1	0	0,3	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,2	10,2	0	0	9.9	39,5
СЫРНИКИ СО СГУЩЕНЫМ МОЛОКОМ		150	15,2	13,9	24,6	293,6
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	80.8	80.8	12,5	7,1	2,3	132,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,3	2,3	0	1,6	0	14,7
КРУПА МАННАЯ	€ 3,5	3,5	0,4	0	2,4	11,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4	0,5	0,5	0	6,1
САХАР ПЕСОК	9,2	9,2	0	0	8,9	35,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	13,8	13,8	1,5	0,2	9,3	44,7
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	4,6	4,6	0	4,5	0	40,2
МОЛОКО СГУЩЕНОЕ 20	F-19	20	0,4	1,1	1,9	22,5
молоко сгущенное	7,5	7,5	0,2	1,1	0.3	15.0
	1	- ,	15,8	2,1	36,9	337,2
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	(41)	21:200 W	65,3	62,9	285,3	1 497,7

ДЕНЬ 2

	Вых	од	Хик	ический (состав	Энерге-тич еская	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал	
	За	втрак					
КАША «ПОЛТАВКА» С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 220/5		220/5	8,2	9,8	33,6	257,5	
крупа пшеничная	27,8	27,5	3,1	0,7	18,8	93,9	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	181,5	181,5	5,1	5,6	8,2	105,6	
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0	0,	
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6,5	25,9	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	32,	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200		200	3,1	3,1	17,1	109,3	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	1,7	8,1	
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0				
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	-	40	2,4	7,5	15,2	137,1	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	10		0.1	7,3	0,1	66.	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	71.1077	2762 274.0		15,1		
		a pas	13,7	20,4	65,9	503,9	
	II 3a	автрак		,			
ЯБЛОКО 190	i i	190	0,8	0,8	18,6	89,3	
ЯБЛОКИ	215,9		0.8				
	0,8		18,6	89,3			
	510.7	бед	1010	30,0			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	-	60	0,5	0,1	1,5	8,	
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ (или соленые)	64,52		0,5		1,5		
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 250	0.,,0	250	2				
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	125	75	1,5	0,3	11,8	56.	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	10	4.07		-			
МОРКОВЬ	12,5	1.77	0,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9						
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,6						
вода питьевая	175						
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С МЯСОМ 220	110	220		-			
		93,7	69,4				
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	047.0	P. R. Allin Co., S. C. Co.					
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	247,2	The state of the s					
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,2						
TOMATHOE TIOPE .	10						
MOPKOBЬ	12						
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	15,6						
ЛУК РЕПЧАТЫЙ МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3,6						

ЛАВРОВЫЙ ЛИСТ	0,01	0,01	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	4,8	4,8	0	0	4,7	18,6
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	100	180	0,4	45 16	24,3	99,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,4	0	10,3	44,1
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65	65		and the steel territory			
ХЛЕБ пшеничный	65	65	0	0	0 .	0,0
			30,9	31,6	65,6	677,7
4. 45.2		200	and which the second			
	Пол	дник		•	-	
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 70	7 , 6	70	5,7	3,5	40,3	215,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	49,8	49,8	5,2	0,6	33,8	161,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	1,6	1,6	0	1,2	0	10,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,1	2,1	0	1,5	0	13,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,8	0,2	0,2	0	2,7
СОЛЬ	@ 0,8	10,8	0	0	0	0,0
, ижжочд	0,8	0,9	0,1	0	0	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,9	21,9	0	0	0	0,0
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 180	21	180	5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
•			24,7	21,0	58,8	310,8
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		57	66,8	86,3	252,4	1581,6
		200	The second of the second			
		8.38				
	0.7	2 4 4 5 (c)				
		2.0				

ДЕНЬ 3

1	Вых	од	Хим	ический (Энерге-тич еская	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак				
КАША ЯЧНЕВАЯ С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 220/5		220/5	8,2	9,8	33,6	257,
КРУПА ЯЧНЕВАЯ	27,8	27,5	3,1	0,7	18,8	93
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	181,5	181,5	5,1	5.6	8,2	
СОЛЬ	0,3	0.3	0	0,0	0,2	105
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6.5	25
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	32
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200		200	3,1	3,1	17,1	109
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	4.7	
CAXAP RECOK	11,1	11,1	0,3	0	1,7 10,8	8
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	43
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	2,0	3,1	4,6	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40		40	-			407
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%		40	2,4	7,5	15,2	137,
	10	10	0,1	7,3	0,1	66
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	30	2,3	0,2	15,1	71
		Deplace.	16,5	23,8	58,4	516
	II 3a	втрак				
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ, ЯГОДНЫЕ 200		200	1,0	0,2	20,2	92,
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	92
			1,0	0,2	20,2	92,
	0	бед	andrews are a second			
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ						
60		60	1,4	3,0	7,4	63,
СВЕКЛА	59,7	47,7	0,7	0	4,1	19
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,79	9,9	0,1	0	0,8	4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	16,5	16,5	0,6	0	1,8	10
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 240	10	240/10	2,3	6,7	12,9	127
СВЕКЛА	50	40	0,6	0	3,4	16
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	25	20	0,4	0	0,9	
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	33,5	20,1	0,4	0,1	3,2	15
МОРКОВЬ	15,75	12,6	0,2	0,1	0,9	4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,02	10,1	0,1	0	0,8	4
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,5	7,5	0,3	0	0,9	4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	5	5	0,0	4,9	0,9	43
САХАР ПЕСОК	2,5	2,5	0	0	2,4	9
	190	190	U	0	2,4	0

КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ 80		80	13,5	17,1	12,8	258,6
мясо птицы	79,8	59	10,7	9,1	0	124,7
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	14,1	14,1	1,1	0,4	6,9	35,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	19	. 19	0,6	0,6	0,9	11,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8	8	1,1	0	4,8	23,2
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	32,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	47.5	0	3,5	0,1	32,1
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С МАСЛОМ 200/5	E C	200/5	8,2	4,5	49,0	269,1
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ	75	74,25	8,2	1	48,9	237,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	· 32,1
COYC 30	College of	30	0,4	1,2	1,9	23,5
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,5	7,5	0,3	0	0,9	4,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	, 2,3	2,3	0,2	0	1,6	7,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5	0	0	0	0,0
СОЛЬ	0,2	0,2	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	E	180	0,4		24,3	99,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,4	0	10,3	44,1
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65		. 65	1.35-2.33	*		
ХЛЕБ пшеничный	65	65	0	0	0	0,0
	-	65	30,9	31,6	65,6	677,7
	3 000	and the application of	22,0	22,0	74,1	592,1
	Полд	дник	and the second			
ЧАЙ С САХАРОМ 200	N. L	200	0,2		10,4	43,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0.6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,4	33,4	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,2	10,2	0	0	9,9	39,5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА 140	¥1	140	17,4	14,8	20,9	300,0
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	95,2	95,2	14,7	8,3	2,8	156,1
КРУПА МАННАЯ	27,8	27,5	3,1	0,7	18,8	93,9
САХАР ПЕСОК	11,6	11,6	0	0	11,3	44,9
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,4 шт.	13,9	1,7	1,6	0,1	21,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5,6	5,6	0	4	0,1	35,9
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5,6	5,6	0,7	0	3,3	16,2
молоко сгущенное	5,6	5,6	0,2	0,8	0,2	11,2
СОЛЬ	1,1	1,1	0	0	0	0,0
			21,2	13,7	83,7	543,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	414	A	60,7	59,7	236,4	1 744,0

ДЕНЬ 4

	Вых	од	Хик	Энерге-тич еская		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак	and the state of t			
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200/5		200/5	7,7	9,7	28,6	232,5
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25	3	1,6	15	85,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	165	165	4,7	5,1	7,6	96,0
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,1	6,1	0	0	5,9	23,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	4,3	4,3	0	3	0,1	27,
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200		200	3,1	3,1	17,1	109,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	1,7	8,
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0,0	0	10,8	43,0
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40		40	2,4	7,5	15,2	137,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	10	The second second second	0.1	7,3	0,1	66.
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	30	11 (0, 1)	2,3		15,1	71,0
		8 001	12,2	18,8	52,4	431,5
	II 3a	автрак	12,2	10,0	02,4	401,0
ЯБЛОКО 190		190	0,8	0,8	18,6	89,3
ЯБЛОКИ	215,9		0.8	0,8	18,6	
, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,	0,8		18,6	89,3	10,0	03,
		бед	10,0	09,3		
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60		60	0,5	0,1	1,5	8,1
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ (ИЛИ СОЛЕНЫЕ)	64,52		0,5	0,1	1,5	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 250	04,02	250	2,1	2,9	16,9	
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	125	-				
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	125	75 5	1,5 0,4	0,3 0,1	11,8	56,
МОРКОВЬ	12,5	10	0,4	0,1	3,6 0,7	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9		0,1	0	0,7	3,4
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2.6		0,1			4,0
вода питьевая	187,5	- 20	0		0	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ 80	107,0	. 80	13,5		12,8	,
РАТНИМ ЭЛИФ	79,8	59	10,7	9,1	0	124,
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА 1 СОРТ	14,1	The second second	1,1	0,4	6,9	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	19		0,6		0,9	
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	8		1,1	0	4,8	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	11.00	0	3,5	0,1	32,
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5		0		0,1	32,
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 230/5	1	The second secon	4,5		36,5	
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	383,2		4,5			171,8

МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	4,8	4,8	0	3,4	0,1	30,7
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180		180	0,4		24,3	99,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,4	0	10,3	44,1
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0.0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65	-	65				
ХЛЕБ пшеничный	65	65	0	0	0	0,0
		65	30,9	31,6	65,6	677,7
4.	Пол	дник				
пирожок с повидлом 70	es Se	70	9,5	4,9	29,1	200,6
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	37,2	37,2	3,9	0,5	25,2	120,5
САХАР ПЕСОК	2	2	0	0	1,9	7.8
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	1,6	1,6	0	1,2	0	10,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2	0,3	0,2	0	3,0
СОЛЬ	0,6	0,6	0	0	0	0.0
ДРОЖИ	1,2	1,2	0,2	0	0	0.9
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	e 15	15	0	0	0	0,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ ,	1,6	1,6	0,2	0	1,1	5,1
ПОВИДЛО	30	30	4,7	2,6	0,9	49,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,4	0,2	0,2	0	2,1
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	0,2	0,2	0	0,2	0	1,7
ЧАЙ С САХАРОМ 200		200	0,2		10,4	43,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,4	33,4	0	0	0	0.0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0.0
САХАР ПЕСОК	10,2	10,2	0	0	9,9	39,5
	99	32	25,7	28,6	74,4	664,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	76-	201	71,7	63,1	227,6	1 862,4

0.7

ДЕНЬ 5

	Вых	од	Хик	ический (состав	Энерге-тич еская ценность, ккал
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
	3a	втрак		- 6		
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 85		85	8,1	13,7	1,7	162,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,53 шт.	60	7,4	6,7	0,4	91,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	23	23	0,7	0,7	1,1	13,4
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	32,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	4	4	0	2,8	0,1	25,6
СОЛЬ	1	1	0	0	0	0,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200		200	3,1	3,1	17,1	109,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	1,7	8,1
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0		
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	58,2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	40	2,4	7,5	15,2	137,1	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	19	10	10	0,1	7,3	0,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	30	30	2,3	0,2	15,1	
		Por egr	16,4	27,7	26,5	
	II 3	автрак				1 1,0
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ,		- 48.2				
ЯГОДНЫЕ 200		200	1,0	0,2	20,2	92,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	92,0
E	1	200	1,0	0,2	20,2	92,0
		бед		,		
			n, na inaka turu in ini ung			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	-	60	0,9		1,8	
ТОМАТЫ СОЛЕНЫЕ	80		0,9		- , -	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 250		250	2,1	2,9	16,9	
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	125	75	1,5	0,3		
КРУПА РИСОВАЯ	5		0,4	0,1	3,6	16,2
МОРКОВЬ	12,5	. 10	0,1	0	-1-	-
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,6		0			
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	0	0	Ò	0,0
ОВОЩНОЕ РАГУ С КУРИЦЕЙ 260	1	260	15,3	6,4	18,2	151,0
МЯСО ПТИЦЫ (КУРЫ)	79,8	.59	10,7	9,1	C	124,7
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	257,8	206,3	3,6	10,2	9,4	181,1
КАРТОФЕЛЬ	125	75	1,5	0,3	11,8	56,1

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	6,4	6,4	0	6,2	0	55,8
МОРКОВЬ	4,5	3,6	0	0	0,2	1,3
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,57	7,2	0,1	0	0,6	2,9
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	10,8	10,8	0,4	0	1,3	6,9
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,2	2,2	0,2	0	1,5	7,1
САХАР ПЕСОК	5,4	5,4	0	0	5,2	20,9
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180		180	0,4		24,3	99,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,4	- 0	10,3	44,1
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	. 0	0	0	. 0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65		65				
ХЛЕБ пшеничный	65	65	3,1	0,2	20,1	94,7
		(14.1)	22,3	26,5	81,5	658,3
	Полд	цник				
ПЕЧЕНЬЕ 40		40	3,0	3,9	29,8	166,8
ПЕЧЕНЬЕ САХАРНОЕ МУКА ВЫСШ.СОРТ	40	40	3	3.9	29.8	166,8
ЧАЙ С САХАРОМ 200		200	0,2		10,4	43,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0.1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	*33,4	33,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,2	10,2	0	0	9.9	39,5
	15.		3,6	7,8	67,3	210,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	4		73,9	58,2	232,9	1 289,4
		74 A 6 7 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8 7 8				
		101				

ДЕНЬ 6

	Вых	од	Хим	ический (состав`	Энерге-тич еская
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак				
КАША МАННАЯ С МОЛОКОМ И МАСЛОМ 220/5		220/5	8,2	9,8	33,6	257,5
КРУПА МАННАЯ	27,8	27,5	3,1	0,7	18,8	93,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ		181,5	181,5	5,1	5,6	8,2
СОЛЬ	0,3	0,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,7	6,7	0	0	6,5	25,9
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	32,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 200	A	200	3,1	3,1	17,1	109,3
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3,3	3,3	0,3	0	1,7	8,1
САХАР ПЕСОК	11,1	11,1	0	0	10,8	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	100	100	2,8	3,1	4,6	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	. 120	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40		40	2,4	7,5	15,2	137,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	10		0,1	7,3	0,1	66,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ СОР		2 1	30	30	2,3	
		The second second second	10,7	11,0	72,8	
	II 3a	автрак	10,1	11,0	72,0	303,0
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ,	11 00	200	1,0	0,2	20,2	92,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1,0	0,2	20,2	
		бед		0,2	20,2	92,0
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ		OOH 0.3				1
60	5	60	1,4	3,0	7,4	63,8
СВЕКЛА	59,7	47,7	0,7	0	4,1	19,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,79	9,9	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	16,5	16,5	0,6	0	1,8	10,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,1	3,1	0	3	0	27,1
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,7
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 240/10	0	240/10	2,2	7,7	9,5	122,2
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	62,5	50	0,9	0,1	2,3	13,6
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	50	30	0,6	0,1	4,8	22,4
МОРКОВЬ	15,75	12,6	0,2	0	0,9	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,02	10,1	0,1	0	0,8	
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,5		0,1	0	0,3	1,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	. 6	6	0	5,8	0	52,3
вода питьевая	190	190	0	0	0	0,0
СОТЕ ИЗ ПТИЦЫ 160	4	50/ 160	26,3	23,8	22,5	409,2
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	130	130	23	23,2	0	300,1

0 0 0 3,5 2 49,0	0,1 0,0 0,0
0 3,5 2 49,0	0,0
3,5 2 49,0	
49,0	4
49,0	17,7
	10,4
	269,1
48,9	237,0
0,1	32,1
24,3	99,9
10,3	44,1
14	55,8
0	0,0
0	0,0
20,1	94,7
133,1	959,0
40.4	40.6
10,4	43,3
0,3	1,5
0	0,0
0	0,0
9,9	39,5
24,6	293,6
7,1	2,3
0	14,7
0	2,4
0	6,1
0	8,9
9,3	44,7
0	4,5
1.1	1,9
	1,1
	338,8
	1 893,6
200,0	
	14 0 0 20,1 133,1 10,4 0,3 0 0 9,9 24,6 7,1 0 0 0 0 9,9

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Вых	од	Хим	ический (состав	Энерге-ти	
паяменование олюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	еская ценность, ккал	
	3a	втрак					
КАША ПШЕНИЧНАЯ С МОЛОКОМ И				r			
МАСЛОМ 220/5	. 6	220/5	8,2	9,3	32,4	247,6	
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ ПОЛТАВСКАЯ	27,8	27,5	3,1	0,4	18,1	07.	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	181,5	181,5	5,1	5,6	8,2	87,	
СОЛЬ	0,9	0,9	0	0,0	0,2	105,0	
САХАР ПЕСОК	6,2	6,2	0	0	6	0,0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	4,7	4,7	0	3,3	0,1	24,0 30,2	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180		180	2,8	2,8	15,4	98,6	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	4.0	10	
САХАР ПЕСОК	10	10	0,5	0	1,6	7,5	
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	9,7	38,7	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	4,1	52,4	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	(2)	40	2,4	-		0,0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	10	10		7,5	15,2	137,1	
ХЛЕБ ПШЕНИЧН ФОРМОВОЙ МУКА	30	30	0,1	7,3	0,1	66,1	
	301	30	2,3	0,2			
	14	1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5 1 5	17,6	21,3	67,9	537,5	
	II 3a	втрак					
ЯБЛОКО 190		190	0,8	0,8	18,6	89,3	
ЯБЛОКИ	215,9	190	0,8	0,8	18,6	89.3	
	0,8	0,8	18,6	89,3	10,0	09,3	
	0	бед	of sections have been be	00,0			
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60		60	0.5	0.4			
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ (ИЛИ СОЛЕНЫЕ)	64,52	60	0,5	0,1	1,5	8,1	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ	04,52	60	0,5	0,1	1,5	8,1	
13ДЕЛИЯМИ 250 КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09		250	2,8	2,9	20,2	119,0	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	125	75	1,5	0,3	11,8	56,1	
МОРКОВЬ	10	10	1,1	0,1	6,9	32,8	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,4	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	11,9	10	0,1	0	0,8	4,0	
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,6	2,6	0	2,5	0	22,7	
· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·	175	175	0	0	0	0,0	
ОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 220	No. of Section 1	220	15,9	14,8	12,8	250,4	
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	139,1	111,1	1,9	0,1	5	30,2	
ГОВЯДИНА 1 КАТЕГОРИИ	93,7	69,4	12,5	10,8	0	146,8	
КРУПА РИСОВАЯ	9,1	9,1	0,6	0,1	6,5	29,4	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,9	15,1	0,2	0	1,2	6,0	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	4,6	4,6	0	3,2	0,1	29,5	
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,17 шт.	5,6	0,7	0,6	0	8,5	
СОЛЬ		1,9	1,9	0	0	0,5	

		arting growth	Maria Caraca Car			
COYC 30	30	0,4	1,2	1,9	23,5	
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,4	2,4	0	1,6	0	15,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,9	24,9	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	180	0,4		24,3	99,9	
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,4	0	10,3	44,1
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65	65	- 39				,
ХЛЕБ пшеничный			65	65	0	0,0
	22,0	22,0	74,1	592,1		
* * *	Полд	цник	A see an ook		·	
ПИРОЖОК С ПОВИДЛОМ 70			70	9,5	4,9	29,1
мука пшеничная высш.сорт			37,2	37,2	3,9	0,5
САХАР ПЕСОК				2	0	0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	- 400 4 114		1,6	1,6	0	1,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)			0,05 шт.	2	0,3	0,2
СОЛЬ	20 344	2.1.17	0,6	0,6	0	0
дрожжи		j. d	1,2	1,2	0,2	0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ		3	15	15	0	0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2. 12 mil	1 17.7	1,6	1,6	0,2	0
повидло	7	19.00 PM	30	30	4,7	2,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	200 A.C.	11 000 000 0	0,04 шт.	1,4	0,2	0,2
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ		.7:	0,2	0,2	0	0,2
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 180		180	5,2	4,5	7,2	95,4
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	14 m	NAME OF STREET	69,2	71,9	233,6	1 896,8

ДЕНЬ 8

	Вых	од	Хим	ический (Энерге-тич еская	
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак	process and			
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 200/5		200/5	7,7	9,7	28,6	232,5
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	25	25	3	1,6	15	85,4
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	165	165	4,7	5,1	7,6	96,0
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	6,1	6,1	0	0	5,9	23,6
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	4,3	4,3	0	3	0,1	27,5
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180		180	2,8	2,8	15,4	98,6
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК	10		. 0	0	9,7	38,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	40	2,4	7,5	15,2	137,1	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%		10	10		7,3	0,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧН,ФОРМОВОЙ МУКА	30	30	2,3			
701EB FIELET WITH THE SOUTH WAY	+	21357	18,6		181,1	330,5
	11.2	автрак	10,0	21,1	101,1	000,0
COMMODOURING ADVICTORING	11 30		1.0	0.0	20.0	1 00.0
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ,		200	1,0			
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200	200	1	0,2	20,2	
		1.10	*** 1 -74,31	200	1,0	0,2
	C	бед	grade #process proceeding			
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ 60		60	1,4	3,0	7,4	63,8
СВЕКЛА	59,7	47,7	0,7	0	4,1	19,4
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,79	9,9	0,1	0	0,8	4,0
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	16,5	16,5	0,6	0	1,8	10,6
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,1	3,1	0	3	C	27,
САХАР ПЕСОК	0,7	0,7	0	0	0,7	2,
БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ 240/10		240/10	2,5	6,8	16,0	140,8
СВЕКЛА	51,3	41	0,6	0	3,5	16,
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	83,5	50,1	1	0,2	8	37,
МОРКОВЬ	15,75		0,2			
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,02	10,1	0,1	0	0,8	4,
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7,5				0,9	4,
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ		5 36.5				
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5	0			5,
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165	0	0	(0,
СМЕТАНА 15% ЖИРНОСТИ *	. 12	12	0,3	1,7	0,4	24,
МАКАРОННИК С КУРИЦЕЙ 200/5		200/5	24,1	25,3	41,2	487,7
МЯСО ПТИЦЫ (КУРЫ)	122,5	90,7	16,4	14,1	(191,

	200 200 200 200 200 200 200 200 200 200	13		1 ,		
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5 .	0	3,5	0,1	32,1
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ 1 СОРТ	55	55	6	0,9	36,5	177,7
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	21,3	17,9	0,3	0	1,5	7,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	3,8	3,8	0	2,7	0	24,3
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	5,3	0,7	0,6	0	8,1
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	5	5	0,7	0	3	14,5
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	5	5	0	3,5	0,1	32,1
COYC 30	30	0,4	1,2	1,9	23,5	
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,4	2,4	0	1,6	0	15,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,9	24,9	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	· 180	0,4	months of the	24,3	99,9	
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,4	0	. 10,3	44,1
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65	65	•	er 1 - 7 - 5			
ХЛЕБ пшеничный	65	65	0	0	0	0,0
	65	30,9	31,6	65,6	677,7	
	3	17.8	21,6	30,5	79,0	686,2
	Полд	цник 💮	management by the			
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ (отварные) 140	44	140	19,5	10,6	33,3	317,9
ТВОРОГ 9% ЖИРНОСТИ	108,8	108,8	16,9	9,5	3,2	178,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	14,9	14,9	1,6	0,2	10,1	48,3
САХАР ПЕСОК	7,8	7,8	0	0	7,6	30,2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,23 шт.	7,8	1	0,9	0,1	11,8
СОЛЬ	0,3	0,3	. 0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	12,7	12,7	0	0	12,3	49,2
ЧАЙ С САХАРОМ 200	0.0	200	0,2		10,4	
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0		
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	17.0	33,4	33,4	0	0	129,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	25,1	129,5
САХАР ПЕСОК	20	6.6.7	10,2	10,2	0	0
	At.		27,5	14,0	126,0	739,6
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		3	66,3	73,0	250,1	1 936,9

ДЕНЬ 9

	Вых	од	Хим	Энерге-тич еская		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак	or a milke			
САША РИСОВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 220/5	· e	220/5	6,9	9,4	34,6	252,5
КРУПА РИСОВАЯ	27,5	27,5	1,8	0,3	19,8	88,9
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	181,5		5,1	5,6	8,2	105,
СОЛЬ	0,9	0,9	0	0	0	
CAXAP NECOK	6,7	6,7	0	0	6,5	
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%		5	0	3,5	0,1	32,
ОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180		180	2,8	2,8	15,4	98,
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3		. 0,3		1,6	7
САХАР ПЕСОК	10		0,0	0	9,7	38
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90		2,5	2,8	4,1	52
вода питьевая	108	gray altr. Vog	0		(0
	40		7,5	15,2	137,1	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	40	10	10		7,3	7
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	30	or of the Park of	2,3			
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	31	Har ve	16,4			421
	11.2	ODTDOK	10,4	21,1	20,0	121
	11.3	автрак	0,8	0,8	18,6	89
ЯБЛОКО 190	045	1 19 19 19				
ЯБЛОКИ	215,	9 190	0,8	_		
×	(Обед	0,0	, 0,0	101	
ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	<u> </u>	1 223	Total a contract of		7	4 63
60		. 60				
СВЕКЛА	59,				4,	
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,7				0,	
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	16,				1,	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	3,				<u> </u>	0 2
САХАР ПЕСОК	0.	1			0,	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 250		250				
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	12	25 75				
КРУПА РИСОВАЯ		5				
МОРКОВЬ	12	,5 10	0,	'	0 0	_
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11	,9			0 0	
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ		,5 2,		0 2,		0 2
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187		1	-	0	0 10
ЗАПЕКАНКА РЫБНАЯ С КАРТОФЕЛЕМ		280	13,	0 5,	0 2,	5 10
РЫБА МИНТАЙ (филе выпускаемого промышленностью)	90,	28 6	10,	,1 0,	4	0 4
мука пшеничная высш.сорт		3 4	3 0	,3	0	2
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/2 ц	п. 19,	8 2	,4 2,	.2 0	,1 3
молоко пастер. 3,2% жирности		_		,2 0		,4
масло сливочное 72,5%			3	0 2	,1	0 1

КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09 МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%						
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	327,9	196,7	3,8	0,8	31,1	147,0
	36,4	36,4	1,1	1,2	1,6	21,1
201/2 22	7,8	7,8	0,1	5,5	0,1	50,1
COYC 30	30	0,4	1,2	1,9	23,5	
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	0	0	0	0	0	0,0
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,4	2,4	0	1,6	0	15,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,8	1,8	0,2	0	1,3	5,8
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	24,9	24,9	0	0	0	0,0
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 180	180	0,4	1 (100)	24,3	99,9	2
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	18	18	0,4	0	10,3	44,1
САХАР ПЕСОК	14,4	14,4	0	0	14	55,8
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	182,7	182,7	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65	65		na property and a second			
ХЛЕБ пшеничный	65	65	0	0	0	0,0
	65	30,9	31,6	65,6	677,7	V.
	v	486	21,9	24,5	71,6	603,9
	Полд	НИК			=	*
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ 70		70	5,7	3,5	40,3	215,4
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	49,8	49,8	5,2	0,6	33,8	161,3
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,1	2,1	0,2	0	1,5	6,8
САХАР ПЕСОК	5,2	5,2	0	0	5	20,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	1,6	1,6	0	1,2	0	10,3
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	2,1	2,1	0	1,5	0	13,5
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	1,8	0,2	0,2	0	2,7
СОЛЬ	0,8	0,8	0	0	0	0,0
ДРОЖЖИ	0,8	0,9	0,1	0	0	0,7
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	21,9	21,9	0	0	0	0,0
MACTOMOTOLILLE EDOUVICE LAGO	1	180	5,2	4,5	7,2	95,4
KNICHONIOHOBE HPOJYKI BI 180	180	180	5,2	4,5	7,2	95,4
			25,7	20,5	48,1	499,0
КИСЛОМОЛОЧНЫЕ ПРОДУКТЫ 180 КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ			25,7	20,0	70,1	400,0

j.

ДЕНЬ 10

	Вых	од	Хик	Энерге-тич еская		
Наименование блюда	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	ценность, ккал
	За	втрак				•
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ 60	8	50	7,4	6,7	0,4	91,4
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1 шт.	50	7,4	6,7	0,4	91,4
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	60	1,1	5,3	4,6	71,4	
ИКРА ИЗ КАБАЧКОВ	60	60	1,1	5,3	4,6	71,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	180	2,8	2,8	15,4	98,6	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	3	3	0,3	0	1,6	7,5
САХАР ПЕСОК		10	10	0	0	9,7
МОЛОКО ПАСТЕР. 3,2% ЖИРНОСТИ	90	90	· 2,5	2,8	4,1	52,4
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108	108	0	0	0	0,0
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 40	° a 9	40	2,4	7,5	15,2	137,1
МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 72,5%	10				0,1	13
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА	30					
7512511221171 1111 (51111)		4.2	16,4		26,5	421,8
5 9	II 3	автрак	tyeriki:			8
СОКИ ОВОЩНЫЕ, ФРУКТОВЫЕ,	T	200	1,0	0,2	20,2	92,0
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	200		1	0,2	20,2	
		N.	51 1	200	1,0	0,2
	C	бед	San San San San	Λ.		n
ОВОЩИ ПО СЕЗОНУ 60	T 5	60	0,5	0,1	1,5	8,
ОГУРЦЫ СВЕЖИЕ (ИЛИ СОЛЕНЫЕ)	64,52	60	0,5	0,1	1,5	8,
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ 250	-	250	2,1	2,8	16,9	101,
КАРТОФЕЛЬ 29.02 - 01.09	125					
КРУПА РИСОВАЯ		5 5	0,4	0,1	3,6	16,
МОРКОВЬ	12,5	10	0,1	0	0,7	3,
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	11,9		0,1	0	0,8	3 4,
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	2,5	2,5	C	2,4	. (21,
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	187,5	187,5	C	0	(0,
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С КУРИЦЕЙ 220		220	15,9	14,8	12,8	250,
МЯСО ПТИЦЫ (КУРЫ)		93,7				
КАПУСТА БЕЛОКАЧАННАЯ	247,2	The second secon				53,
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАНОЕ	7,2					-
томатное пюре		6 6				
МОРКОВЬ	12	the market of the state of the				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)		4,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,6					
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.С®РТ	3,6					
лавровый лист	0,0					0,
САХАР ПЕСОК	4,8			0 0	4,	7 18,

КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ 200		200	0,4		26,9	111,0
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	20	20	0,4	0	11,4	49,1
CAXAP ПЕСОК	16	16	0	0	15,5	61,9
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	203	203	0	0	0	0,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 65		65				
ХЛЕБ пшеничный	65	65	0	0	0	0,0
	****	rengal da a resilentale	30,3	31,8	107,5	839,4
12	Полд	цник				8
ВАФЛИ 40		40	3,0	3,9	29,8	·166,8
ВАФЛИ	40	40	3	3,9	29,8	166,8
ЧАЙ С САХАРОМ 200	W-	200	0,2		10,4	43,3
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,6	0,6	0,1	0	0,3	1,5
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,4	33,4	0	0	0	0,0
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	152,3	152,3	0	0	0	0,0
САХАР ПЕСОК	10,2	10,2	0	0	9,9	39,5
			3,6	3,9	40,2	210,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:	The species	Contraction and in Fig.	49,6	81,2	285,4	1471,3