Утверждаю Заведующий МАДОУ "Детский сад № 1 "Голубой кораблик" ____О.Н.Михайлова

20-дневное меню для детей в возрасте от 3 до 7 лет

		посещающих дошкольные образо	вательнь	іе учреж	дения		
	щи				Пищев	ые веществ	a
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		1 ДЕНЬ			•	,	•
5\4	*	Каша манная молочная с маслом	200,0	5,2	5,2	27,4	178,0
10\10	.bai	Чай	200,0	0,0	0,0	9,0	35,0
1\13	завтрак	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
	3	Итого		7,5	10,8	53,5	344,1
10-30-11-00 час	ВТ	Сок плодово-ягодный промышленного	200	0,2	0,2	24,0	94,0
10 30 11 00 400	D.1.	выпуска для детского питания	200				
				0,2	0,2	24,0	94,0
c/ 2			400.0		2.0		50.4
6\2		Щи из свежей капусты со сметаной	180,0	1,4	2,3	5,9	50,4
11\0	ď	Fungui do Magos communi	70	12.2	0.0	2.1	1515
11\8	обед	Гуляш из мяса свинины	70	12,3	9,9	3,1	151,5
44\3 6\10	0	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130,0	7,4	5,8	32,7	216,6
6\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	30 38	2,0	0,2	14,6	69,9
		Итого	36	2,5	0,4	12,7	66,0
c6 2010 No.401			200.0	26,1	18,6	87,3	626,4
сб.2010 №401	Σ	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
	полдник						
	9	Кондитерское изделие	50,0	2,5	4,6	29,2	176,0
		Итого		8,3	10,5	38,2	287,0
		Итого за день		42,1	40,1	203,0	1351,5
		Калории от суточной нормы в %			<u></u>		75,0
	Z E				Тищев	ые веществ Т	a T
Номер	E E	Наименование блюда	Вес блюда	.			Энергет
рецептуры	прием пищи			белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность ККАЛ
		2 - 2 - 2		<u> </u>	<u> </u>		IKKAJI
		2 день		1	T	I	I
2) 4		Volume Transport to Francisco	100.0	C C	6.0	26.2	105.4
2\4	ак	Каша гречневая молочная с маслом Какао с молоком	180,0	6,6	6,0	26,3	185,4
14\10	завтрак		180	3,5	3,1	20,6	121,5
1\13	331	Хлеб пшеничный с маслом Итого	30/7	2,3 12,4	5,6 14,7	17,1 64,0	131,1 438,0
		Miloto		12,4	14,7	04,0	430,0
		Салат из отварной свеклы и моркови с					
21\1		маслом	50,0	0,6	4,9	3,6	60,8
18\2		Суп картофельный с макаронными	190,0	1,6	1,0	10,8	59,9
	4	изделиями с мясом	10,0	2,9	0,5	0,1	16,7
18\8	рәдо	Зразы из говядины	70,0	8,9	9,1	7,5	151,0
3\3	0	Картофельное пюре	130,0	3,1	4,2	20,6	135,0
6\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		22,1	20,4	88,2	631,3
сб.2010 №400	полдне	Кисломолочные продукты в ассортим.	200	5,8	6,4	8,0	116,6
6\12	ПО.	Ватрушка со сметаной	50,0	4,2	6,4	23,5	171,0
		Итого		10,0	12,8	31,5	287,6
		Итого за день		44,5	47,9	183,7	1356,9
		Калории от суточной нормы в %					75,3

	Ę				Пищевь	ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			3 ДЕНЬ				
2\6	¥	Омлет запеченый	175,0	17,0	22,8	3,3	294,3
11\1	завтрак	Салат из моркови с яблоком	50	0,5	3,3	5,0	51,7
10\10	3aB	Чай	200,0	0,0	0,0	9,0	35,0
1\13	,	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		итого		19,5	26,3	31,9	450,9
, .						_	
11\2		Рассольник с крупой и сметаной	180,0	1,6	4,0	11,3	89,1
5\9	_	Биточки из мяса кур	70,0	12,5	10,2	10,4	184,6
43\3	обед	Макаронные изделия отварные	130,0	4,5	3,2	28,0	162,9
6\10	0	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		23,6	18,0	95,3	644,5
	<u> </u>						
сб.2010 №401	нолдни	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
17\12	9	Пирожок с повидлом	50	3,0	2,4	30,3	152,8
		Итого		8,8	8,3	39,3	263,8
		Итого за день		51,9	52,6	166,5	1359,2
		Калории от суточной нормы в %					75,1
Номер рецептуры	итии мәиди	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		ые веществ углеводы г	а Энергет ценность ККАЛ
			4 день				
17\4	Эак	Каша пшеничная молочная с маслом	200,0	6,4	6,0	31,1	206,0
10\10	завтрак	Чай	200,0	0,0	0,0	9,0	35,0
1\13	39	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
		Итого		8,7	11,6	57,2	372,1
10-30-11-00 час		Фрукты (банан)	100	1,5	0,5	21,0	96,0
				1,5	0,5	21,0	96,0
31\1		Салат из отварного картофеля с соленым огурцом	60,0	0,8	6,0	5,4	80,0
5\2		Свекольник со сметаной	190,0	1,5	4,1	11,0	88,3
	А	с мясом	10,0	2,9	0,6	0,1	16,7
11\7	обед	Тефтели рыбные в соусе	80,0	6,8	3,6	6,6	87,3
3\3	٦	Картофельное пюре	130,0	2,9	3,6	17,8	117,0
6\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		19,9	18,5	86,5	597,2
		Полдник					
сб.2010 №400	Σ̈́	Кисломолочные продукты в	200	5,8	6,4	8,0	116,6
8\12	полдник	ассортименте Ватрушка с творогом	50,0	6,4	6,1	19,8	160,6
0/12	9	Итого	30,0	12,2	12,5	27,8	277,2
		Итого за день		42,3	43,1	192,5	1342,5
		Калории от суточной нормы в %		,5	,_		74,8
			l	1	1	Ī	, -,0

	z.				Пишев	ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			5 день				
7\4	¥	Каша рисовая молочная	150,0	4,5	4,3	31,8	186,0
12\10	ра	Чай с молоком	200	1,3	1,3	11,1	61,0
3\13	завтрак	Хлеб пшеничн с сыром	30\10	4,9	2,8	14,0	104,0
	m	Итого		10,7	8,4	56,9	351,0
10-30-11-00 час		Витаминизированный напиток "Витошка"	200	0,0	0,0	18,6	74,0
				0,0	0,0	18,6	74,0
					1		
28\1		Салат из отварного картофеля, моркови и репчатого лука с растительным маслом	60,0	0,9	6,0	5,2	78,0
17\2		Суп с бобовыми	180,0	3,8	3,7	14,3	106,2
14\7		Шницель из говядины	70	10,8	8,0	11,0	160,0
8/3	обед	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	13,5	94
6\10	ŏ	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		24,0	21,2	89,6	646,1
сб.2010№401	полдник	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
	뵨	Кондитерское изделие	50,0	2,5	4,6	29,2	176,0
	잍	Итого		8,3	10,5	38,2	287,0
		Итого за день		43,0	40,1	203,3	1358,1
		Калории от суточной нормы в %					75,4
	щи				Пищев	ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			6 день				
16\4	~	Каша ассорти с маслом (рис, пшено)	200,0	4,8	5,9	25,6	174,9
11\10	завтрак	Чай слимоном	180	0,1	0,0	9,2	36,0
1\13	авт	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
	m	Итого		7,2	11,5	51,9	342,0
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного выпуска для детского питания	200	0,2	0,2	24,0	94,0
		7		0,2	0,2	24,0	94,0
5\1		Салат из свежей капусты с морковью	60,0	1,0	4,0	5,9	63,0
30\2		и маслом Уха рыбацкая	180\5	6,1	1,9	8,8	78,4
6\8	Д	Рагу из отварного мяса говядины	200,0	15,1	13,8	16,4	252
6\10	обед	Компот из сухофруктов	200,0	0,5	0,0	18,3	72,0
2 123	٦	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого	30	27,2	20,3	76,7	601,3
							101,0
сб.2010№401	полднин	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
	д	Кондитерское изделие	50,0	2,5	4,6	29,2	176,0
	5	Итого		8,3	10,5	38,2	287,0
		14		1	1		
		Итого за день		42,9	42,5	190,8	1324,3

	ž			Пищевые в			іе вещества	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ	
				7 день	T			
2\4		Vous Frouvoras No Founds C Macron	200.0	7.2	6.6	29,3	206,0	
14\10	aĸ	Каша гречневая молочная с маслом Какао с молоком	200,0 180	7,2 3,5	6,6 3,1	20,6	121,5	
1\13	завтрак	Хлеб пшеничный с маслом	30\7	2,3	5,6	17,1	131,1	
1/13	33	Итого	30 (7	13,0	15,3	67,0	458,6	
		l l l l l l l l l l l l l l l l l l l		13,0	13,3	07,0	730,0	
20)4		Салат из отварного картофеля, моркови и	50.0	0.6	F 0	4.2	65.0	
28\1		репчатого лука с растительным маслом	50,0	0,6	5,0	4,3	65,0	
14\2		Суп из овощей	180,0	1,4	4,6	7,4	78,3	
		со сметаной с мясом	10,0	2,9	0,5	0,1	16,7	
12\7	обед	Тефтели рыбные с рисом в соусе	70	10,4	3,6	9,8	114,6	
43\3	90	Макаронные изделия отварные	130,0	4,5	3,2	28,0	162,9	
6\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0	
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9	
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0	
		Итого		24,8	17,6	95,2	645,4	
	مريا				_			
17\12	полдник	Пирожок с повидлом	50,0	3,0	2,4	30,3	152,8	
сб.2010 №400	P.	Кисломолочные продукты	200,0	5,8	6,4	8,0	116,6	
	0П	Итого		8,8	8,8	38,3	269,4	
		Итого за день		46,5	41,7	200,5	1373,3	
		Калории от суточной нормы в %					76,7	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		ые веществ углеводы г	а Энергет ценность ККАЛ	
			8 день		T			
16\4	¥	Каша ассорти с маслом (рис, пшено)	180,0	4,5	5,3	23,0	157,5	
12\10	втрак	Чай с молоком	180	1,2	1,2	10,0	54,9	
1\13	3aB	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1	
		Итого		8,0	12,1	50,1	343,5	
10-30-11-00 час		Фрукты (яблоко)	200	0,8	0,8	19,6	85,4	
				0,8	0,8	19,6	85,4	
				-,-	-,-	==,-	,-	
5\1		Салат из капусты с морковью и маслом	50,0	0,8	3,3	4,9	52,5	
18\2		Суп картофельный с макаронами	180	1,5	0,9	10,2	56,7	
8\9		Суфле из мяса кур паровое	70,0	13,8	15,9	3,1	210,0	
3\3	ь	Картофельное пюре	130,0	2,9	3,6	17,8	117,0	
1\10	обед	Компот из свежих фруктов	180	0,2	0,0	16,5	63,9	
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9	
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0	
		Итого		23,7	24,3	79,8	636,0	
сб.2010 №401	полднин	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0	
	УЛД	Печенье	50,0	2,3	5,2	32,0	172,0	
	ווכ	Итого		8,1	11,1	41,0	283,0	
		Итого за день		40,6	48,3	190,5	1347,9	
		Калории от суточной нормы в %					75,0	

	ᆍ				Пищев	ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			9 день	1			1
				_		_	
13\5	E	Запеканка из творога с морковью с	130,0	17,6	15,3	16,5	276,9
9\11	5	молочным соусом	40	1	1,9	5,9	44
11\10	Š	Чай с лиимоном	200\5	0,1	0,0	9,2	36,0
	.bai	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
	завтрак усилен	Итого		20,7	17,4	46,2	426,8
31\1		Салат из отварного картофеля с сол.огурц	50,0	0,7	3,4	4,8	53,3
25\2		Суп пюре из картофеля с гренками	180\15	3,7	2,5	18,0	109,0
23\2		Тефтели из мяса в молочном соусе	70,0	7,7	7,9	6,6	129,3
	А			-		·	
45\3 1\10	обед	Рис рассыпчатый	130,0	3,2	2,9	32,1	170,3
1\10	J	Компот из свежих фруктов	180	0,2	0,0	16,5	63,9
		Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		-	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		20,0	17,3	105,3	661,7
сб.2010 №400	ŧ	KNCTOMOTOLILLO TROSTUUTI I	200,0	5,8	6,4	8,0	116,6
17\12	Ŧ	Кисломолочные продукты Пирожок с повидлом	50			30,3	152,8
17\12	полдни	Итого	30	3,0	2,4		269,4
				8,8	8,8	38,3	
		Итого за день Калории от суточной нормы в %		49,5	43,6	189,8	1357,9
		Калории от суточной нормы в 76			Пишов	<u> </u> ые веществ	74,8
Номер	Ä				Тищев	ле веществ 	
рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
рецептуры	прием	Наименование блюда	Вес блюда 10 день	белки,г	жиры,г	углеводы г	ценность
			10 день				ценность ККАЛ
2\4		Каша гречневая с маслом	10 день 160,0	5,8	5,2	23,3	ценность ККАЛ 164,8
2\4 13\10	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком	10 день 160,0 180	5,8	5,2	23,3	ценность ккал 164,8 80,0
2\4		Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом	10 день 160,0	5,8 2,7 2,3	5,2 2,6 5,6	23,3 12,0 17,1	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1
2\4 13\10	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком	10 день 160,0 180	5,8	5,2	23,3	ценность ккал 164,8 80,0
2\4 13\10	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом	10 день 160,0 180	5,8 2,7 2,3	5,2 2,6 5,6	23,3 12,0 17,1	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1
2\4 13\10 1\13	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого	10 день 160,0 180 30/7	5,8 2,7 2,3 10,8	5,2 2,6 5,6 13,4	23,3 12,0 17,1 52,4	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1 375,9
2\4 13\10 1\13	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого	10 день 160,0 180 30/7	5,8 2,7 2,3 10,8	5,2 2,6 5,6 13,4	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого	10 день 160,0 180 30/7 200	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 74,0
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,9 4,5	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 74,0 78,0 93,7
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 78,0 93,7 98,9
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8 3\3	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6 3,1	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6	ценность ККАЛ 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре Компот из сухофруктов	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0 200	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6 3,1 0,5	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2 0,0	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6 18,3	ценность ккал 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0 72,0
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8 3\3	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0 200 30	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6 3,1 0,5 2,0	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2 0,0 0,2	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6 18,3 14,6	ценность ккал 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0 72,0 69,9
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8 3\3	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0 200	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6 3,1 0,5	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2 0,0	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6 18,3	ценность ккал 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0 72,0 69,9 66,0
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8 3\3	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0 200 30	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6 3,1 0,5 2,0	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2 0,0 0,2	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6 18,3 14,6	ценность ккал 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0 72,0 69,9
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8 3\3	завтрак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0 200 30 38	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6 3,1 0,5 2,0 2,5 21,1	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2 0,0 0,2 0,4 20,4	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6 18,3 14,6 12,7 84,8	ценность ккал 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0 72,0 69,9 66,0 613,5
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8 3\3 6\10	завтрак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0 200 30 38	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6 3,1 0,5 2,0 2,5 21,1	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2 0,0 0,2 0,4 20,4	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6 18,3 14,6 12,7 84,8	ценность ккал 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0 72,0 69,9 66,0 613,5 111,0
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8 3\3 6\10	грак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого Молоко кипяченое Кондитерское изделие	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0 200 30 38	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,0 4,5 7,6 3,1 0,5 2,0 2,5 21,1	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2 0,0 0,2 0,4 20,4 5,9 4,6	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6 18,3 14,6 12,7 84,8	ценность ккал 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0 72,0 69,9 66,0 613,5 111,0 171,0
2\4 13\10 1\13 10-30-11-00 час 29\1 2\2 32\8 3\3 6\10	завтрак	Каша гречневая с маслом Кофейный напиток с молоком Хлеб пшеничный с маслом Итого Витаминизированный напиток "Витошка" Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с реп. луком и соленым огурцом Борщ со сметаной и мясом Голубцы ленивые Картофельное пюре Компот из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин. Хлеб ржаной Итого	10 день 160,0 180 30/7 200 60,0 200 80,0 150,0 200 30 38	5,8 2,7 2,3 10,8 0,0 0,0 0,0 0,9 4,5 7,6 3,1 0,5 2,0 2,5 21,1	5,2 2,6 5,6 13,4 0,0 0,0 6,0 4,4 5,2 4,2 0,0 0,2 0,4 20,4	23,3 12,0 17,1 52,4 18,6 18,6 5,2 8,3 5,1 20,6 18,3 14,6 12,7 84,8	ценность ккал 164,8 80,0 131,1 375,9 74,0 74,0 78,0 93,7 98,9 135,0 72,0 69,9 66,0 613,5

	돌				Пищевь	ые веществ	a
Номер рецептуры	ишип шем пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
				11 день	T	T	T.
7\4		Каша рисовая молочная	150,0	4,5	4,3	31,8	186,0
10\10		Чай	200,0	0,0	0,0	9,0	35,0
1\13	par	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
	завтрак	итого		6,8	9,9	57,9	352,1
	m						
10-30-11-00 час		Сок плодово-ягодный промышленного	200	0,2	0,2	24,0	94,0
		выпуска для детского питания		0,2	0,2	24,0	94,0
				0,2	0,2	24,0	34,0
		Салат из свежей капусты с морковью					
5\1		и маслом	60,0	1,0	4,0	5,9	63,0
18\2		Суп картофельный с макаронными	190,0	1,6	1,0	11,0	59,9
10,2	1	изделиями с мясом	10,0	2,9	0,5	0,1	16,7
7\8	1	Бефстроганов из отварного мяса говядины	70,0	11,2	11,1	4,0	161,0
3\3	ά	Картофельное пюре	130,0	2,9	3,6	17,8	117,0
6\10	обед	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
	1	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		24,6	20,9	84,4	625,5
				,	,	,	,
сб 2010 №401	Z	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
	полдник	Печенье	50,0	2,3	5,2	32,0	172,0
	5	Итого	30,0	8,1	11,1	41,0	283,0
		Итого за день		39,7	42,1	207,3	1354,6
		Калории от суточной нормы в %		33,2	,_	207,0	74,6
	ž				I Пишевн	ье веществ	
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		12 день		<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>	<u> </u>
5\4		Каша манная молочная с маслом	200,0	5,2	5,1	27,4	178,0
14\10	завтрак	Какао с молоком	180	3,5	3,1	20,6	121,5
1\13	BT	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
1 (13	33	Итого	30/1	11,0	13,8	65,1	430,6
						33,2	100,0
2416		Салат из отварного картофеля с	60.0	2.0			64.5
31\1]	соленым огурцом	60,0	0,9	4,1	5,8	64,0
31\2		Суп крестьянский с крупой	200,0	1,5	4,3	10,3	88,0
20\8		Тефтели из мяса говядины	80,0	11,2	9,5	7,6	163,0
8/3	обед	Капуста тушеная	150,0	3,5	3,0	13,6	93,9
6\10	Ô	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
]	Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		22,1	21,5	82,9	616,8
5\12	Z	Ватрушка с творогом	50,0	6,4	6,1	19,8	160,6
сб.2010 №400	полдник	Кисломолочные продукты	200,0	5,8	6,4	8,0	116,6
	5	Итого	•	12,2	12,5	27,8	277,2
		Итого за день		45,3	47,9	175,8	1324,6
		Калории от суточной нормы в %		1	,-	,-	73,5
		, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,					-,-
	1	<u> </u>		1	l	1	l

	¥				Пищевь	ые веществ	<u></u> а
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		13 день					
	_						
2\6	лен	Омлет запеченый	175,0	17,0	22,8	3,3	294,3
11\1	УCИ	Салат из моркови с яблоком	50	0,5	3,3	5,0	51,7
10\10	aĸ	Чай	200,0	0,0	0,0	9,0	35,0
1\13	завтрак усилен	Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
	3al	Итого		19,5	26,3	31,9	450,9
			•				
5\2		Свекольник со сметаной	190,0	1,5	4,1	11,0	88,3
6\9	_	Запеканка картофельная фаршированная	200,0	13,8	11,8	28,5	279,2
- (-	обед	мясом кур с овощами				-	-
	0	Кисель из сухофруктов Хлеб пшеничный витамин.	200 30	1,0	0,1	28,6	114,4
		Хлеб ржаной		2,0	0,2	14,6	69,9
		Итого	38	2,5 20,8	0,4 16,6	12,7 95,4	66,0 617,8
				20,0	10,0	33,4	017,0
сб.2010 №401	ž	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
17\12	полдник	Пирожок с повидлом	50,0	3,0	2,4	30,3	152,8
	0	итого	22,0	8,8	8,3	39,3	263,8
		Итого за день		49,1	51,2	166,6	1332,5
		Калории от суточной нормы в %					73,0
	Τ̈́				Пищев	ые веществ	a
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		14 дней					
2\4	¥	Каша гречневая с маслом	180,0	6,6	5,9	26,3	185,4
11\10	тра	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	9,2	36,0
1\13	завтрак	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
		Итого		9,0	11,5	52,6	352,5
10.00 11.55			200	0.0	0.0	40.0	05.5
10-30-11-00 час		Фрукты (яблоко)	200	0,8	0,8	19,6	85,4
				0,8	0,8	19,6	85,4
		Салат из отварной свеклы и моркови					
21\1		с маслом	60,0	0,8	5,9	4,4	73,0
10\2		Рассольник домашний со сметаной и мясом	200,0	4,5	4,6	10,5	105,0
11\7		Тефтели рыбные в соусе	80,0	6,8	3,6	6,6	87,3
3/3	рәдо	Картофельное пюре	130,0	2,9	3,6	17,8	117,0
6\10	0	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		итого		20,0	18,3	84,9	590,2
	*	 			_		
сб.2010 №400	полдник	Кисломолочные продукты	200,0	5,8	6,4	8,0	116,6
6\12	рлд	Ватрушка со сметаной	50,0	4,2	6,4	23,5	171,0
	Ĕ	Итого		10,0	12,8	31,5	287,6
		Итого за день		39,8	43,5	188,6	1315,7
1		Калории от суточной нормы в %		1	1	1	75,3

	ž				Пищев	ые веществ	а
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
		15 день					
14\4	¥	Каша ячневая молочная с маслом	180,0	5,4	4,7	7,6	175,5
12\10	завтрак	Чай с молоком	180	1,2	1,2	10,0	54,9
1\13	3aB	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
	.,,	Итого		8,9	11,5	34,7	361,5
10-30-11-00 час		Витаминизированный напиток "Витошка"	200	0,0	0,0	18,6	74,0
				0,0	0,0	18,6	74,0
20) 4		Салат из отварного картофеля,					
28\1		моркови репчатого лука с	60,0	0,8	6,0	5,2	78,0
16\2		растительным маслом	200.0	2.7	4.4	10.5	1170
16\2		Суп картофельный с крупой	200,0	2,7	4,4	16,5	117,0
14\7	рәдо	Шницель из говядины	70	10,8	8,0	11,0	160,0
8\3	90	Капуста тушеная	150,0	3,5	3,0	13,5	93,9
6\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	15	0,9	0,1	6,8	35,0
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		21,7	21,9	84,0	621,9
сб.2010 №401	¥	Молоко кипяченое	200.0	ΕO	E O	0.0	111.0
C0.2010 Nº401	полдник		200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
	4	Кондитерское изделие	50,0	2,5	4,6	29,2	176,0
	Ш	Итого		8,3	10,5	38,2	287,0
		Итого за день		38,9	43,9	175,5	1344,4
		Калории от суточной нормы в %			<u> </u>		74,6
	Ē				Пищев	ые веществ	a T
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			16 день				
18\4	_	Каша ассорти молочная с маслом (рис,	190	4,7	5,6	23,3	163,4
12\10	ран	греча) Чай с молоком	100	1.2	1.2	10.0	E4 0
12\10	завтрак	Хлеб пшеничный с маслом	180	1,2	1,2	10,0	54,9
1\13	m	Итого	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
		MINOLO		8,2	12,4	50,4	349,4
		Сок плодово-ягодный промышленного		-			-
10-30-11-00 час		выпуска для детского питания	200	0,2	0,2	24,0	94,0
		- /		0,2	0,2	24,0	94,0
6\2		Щи из свежей капусты со сметаной	200,0	1,6	2,6	6,6	56,0
7\8		Бефстроганов из отварного мяса говядины	70,0	11,2	11,1	4,0	161,0
44\3		Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130,0	7,4	5,8	32,7	216,6
6\10		Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		25,2	20,1	88,9	641,5
сб.2010 №401	полднин	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
	дν	Кондитерское изделие	50,0	2,5	4,6	29,2	176,0
	ЭΠ	Итого		8,3	10,5	38,2	287,0
		Итого за день	1	41,9	43,2	201,5	1371,9
		Калории от суточной нормы в %		,-	.0,=	201,5	137 1,3

	ž				Пищев	ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			17 день				
15\4	¥	Каша пшеничная молочная с маслом	190,0	6,1	5,7	29,6	195,7
14\10	завтрак	Какао с молоком	180	3,5	3,1	20,6	121,5
1\13	зав	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
		Итого		11,9	14,4	67,3	448,3
		Construction was the second					
31\1		Салат из отварного картофеля с	60,0	0,9	4,1	5,8	64,0
16\2		соленым огурцом Суп овсяный	180,0	2 5	4.1	15.4	110.0
16/2		с мясом	10,0	2,5 2,9	4,1 0,6	15,4	110,8 16,7
31\8	Ф	Голубцы ленивые	70	6,6	4,5	0,1 4,5	86,6
3\3	редо	Картофельное пюре	150,0	3,1	4,3	20,6	135,0
6\10	0	Компот из сухофруктов	200	0,5	0,0	18,3	72,0
0/10		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,0	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,2	12,7	66,0
		Итого	30	21,0	18,1	92,0	621,0
					10,1	32,0	321,0
сб.2010 №400	ž	Кисломолочные продукты	200,0	5,8	6,4	8,0	116,6
8\12	полдник	Сдоба обыкновенная	50,0	4,4	3,2	27,0	156,7
8/12	5	Итого	30,0	10,2	9,6	35,0	273,3
	_	Итого за день		43,0	42,2	194,3	1342,5
		Калории от суточной нормы в %		43,0	72,2	134,3	74,5
	ž				лищеві	! ые веществ	
Номер рецептуры	ирием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			18 день			1	
11\4	~	Каша пшенная с маслом	180	5,8	5,4	28,0	185,4
12\10	рак	Чай смолоком	200	1,4	1,4	11,2	61,0
3\13	завтра	Хлеб пшеничный с сыром	30\10	4,9	2,8	14,0	104,0
	m	Итого		12,1	9,6	53,2	350,4
10-30-11-00 час		Фрукты (яблоко)	200	0,8	0,8	19,6	85,4
		, ,					
			-	0,8	0,8	19,6	85,4
		Салат из отварного картофеля,			1		
28\1		моркови репчатого лука с	60,0	0,8	6,0	5,1	78,0
,		растительным маслом					
11\2	1	Рассольник с крупой и сметаной	200,0	1,7	4,4	12,4	99,0
1\9	Ъ	Мясо кур отварное	70,0	10,3	10,0	0,1	129,5
8/3	обед	Капуста тушеная	150,0	3,5	2,9	13,6	94,0
6\10		Компот из сухофруктов	200,0	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		21,3	23,9	76,8	608,4
					ļ		
сб.2010 №401	полдник	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
17\12	효	Ватрушка с повидлом	50	3,0	2,4	30,3	152,8
	5	Итого		8,8	8,3	39,3	263,8
		Итого за день Калории от суточной нормы в %		43,0	42,6	188,9	1308,0

	ξ				Пищевь	ые веществ	a
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г	жиры,г	углеводы г	Энергет ценность ККАЛ
			19 день		<u> </u>		<u> </u>
19\5		Суфле творожное с	150,0	14,5	12,8	13,6	224,0
2\11	¥	молочным соусом	40	1	1,9	5,9	43,9
11\10	завтрак	Чай с лимоном	200/5	0,1	0,0	9,2	36,0
1\13	3aB	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
, -		Итого		17,9	20,3	45,8	435,0
		,		17,5	20,3	43,0	433,0
5\1		Салат из капусты с морковью и маслом	60,0	0,9	3,8	5,9	63,0
19\2		Суп картофельный с макаронными	200,0	1,7	1,0	11,4	64,0
18\8		Зразы из говядины	70,0	8,8	9,4	7,5	151,3
3\3	обед	Картофельное пюре	130,0	2,9	3,6	17,8	117,0
6\10	90	Компот из сухофруктов	200,0	0,5	0,0	18,3	72,0
0 /10		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,0	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,2	12,7	66,0
		Итого		19,3	18,4	88,2	603,2
	_						
7\12	полдни	Пирожок с яблоком	50,0	3,3	4,2	23,3	178,0
	75	Кисломолочные продукты	200,0	5,8	6,4	8,0	116,6
	Ĕ	Итого		9,1	10,6	31,3	294,6
		Итого за день		46,3	49,4	165,3	1332,8
		Калории от суточной нормы в %					74,0
Номер рецептуры	прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	белки,г		ые веществ углеводы г	а Энергет ценность ККАЛ
			20 день				
5\4		Каша манная молочная с маслом	180,0	4,7	4,6	24,7	160,2
12\10	рак	Чай с молоком	180	1,2	1,2	10,0	54,9
1\13	завт	Хлеб пшеничный с маслом	30/7	2,3	5,6	17,1	131,1
-	m	Итого		8,2	11,4	51,8	346,2
10-30-11-00 час		Витаминизированный напиток "Витошка"	200	0,0	0,0	18,6	74,0
				0,0	0,0	18,6	74,0
31\1		Салат из отварного картофеля с	60,0	0,9	4,1	5,8	64,0
31(1		соленым огурцом	00,0	0,5	7,1	3,0	04,0
25\2		Суп пюре из картофеля с гренками	190\15	4,0	2,7	21,4	127,9
11\7	А	Тефтели рыбные в соусе	80,0	6,8	3,6	6,6	87,3
45\3	обед	Рис рассыпчатый	130,0	3,1	2,9	31,9	170,3
6\10]	Компот из сухофруктов	200,0	0,5	0,0	18,3	72,0
		Хлеб пшеничный витамин.	30	2,0	0,2	14,6	69,9
		Хлеб ржаной	38	2,5	0,4	12,7	66,0
		Итого		19,8	13,9	111,3	657,4
	_						
сб.2010 №401	Ĭ	Молоко кипяченое	200,0	5,8	5,9	9,0	111,0
	полднин	Кондитерское изделие	50,0	2,5	4,6	29,2	176,0
	ĭ	Итого		8,3	10,5	38,2	287,0
		Итого за день		36,3	35,8	219,9	1364,6
	Ì	Калории от суточной нормы в %]	73,2

завтрак - 20% второй завтрак - 5% обед - 35% полдник - 15%

Энергетическая ценность рекомендуемая

СанПиН 2.3/2.4.3590-20

белки жиры углев ккал Ккал в % 40,5 45 195,75 1350

фактическая

	фактическ	ая			
1	42,1	40,1	203,0	1351,5	75,0
2	44,5	47,9	183,7	1356,9	75,3
3	51,9	52,6	166,5	1359,2	75,1
4	42,3	43,1	192,5	1342,5	74,8
5	43,0	40,1	203,3	1358,1	75,4
6	42,9	42,5	190,8	1324,3	73,8
7	46,5	41,7	200,5	1373,3	76,7
8	40,6	48,3	190,5	1347,9	75,0
9	49,5	43,6	189,8	1357,9	74,8
10	40,2	44,3	190,8	1345,4	75,3
11	39,7	42,1	207,3	1354,6	74,6
12	45,3	47,9	175,8	1324,6	73,5
13	49,1	51,2	166,6	1332,5	73,0
14	39,8	43,5	188,6	1315,7	75,3
15	38,9	43,9	175,5	1344,4	74,6
16	41,9	43,2	201,5	1371,9	75,9
17	43,0	42,2	194,3	1342,5	74,5
18	43,0	42,6	188,9	1308,0	72,6
19	46,3	49,4	165,3	1332,8	74,0
20	36,3	35,8	219,9	1364,6	73,2
ср знач	43,3	44,3	189,8	1345,4	74,6
	_		_		

Сумарные объемы блюд (не менее):

Завтрак - 400 гр.

Второй завтрак - 100 гр.

Обед - 600 гр.

Полдник - 250 гр.



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 203213900564843355954824568531281433305066908426

Владелец Михайлова Ольга Николаевна

Действителен С 11.10.2024 по 11.10.2025