Халилуллова Лилия Ривхатовна

Подписан: Халилуллова Лилия Ривхатовна
DN: C=RU, OU=Заведующий, O="МБДОУ "" Детский сад № 54 комбинированного вида"""", CN=Халилуллова Лилия Ривхатовна, E=mbdou54@gtn.lokos.net
Основание: Я являюсь автором этого документа
Местоположение: место подписания
Дата: 2022.09.02 17:38:29+03'00'
Foxit Reader Версия: 10.1.1

УТВЕРЖДАЮ

Заведующий
Халилуллова Л.Р. *(должность)*
Приказ №25-од от 01.09.2 *(ФИО)*
(дата)

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Дети 3-7 лет (0-3) 6-разовое

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1							
ЗАВТРАК	Каша "Дружба"	150	3,95	8,74	18,79	169,65	266
	Хлеб с маслом	40	2,60	5,13	15,67	120,67	1/13
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	3,16	3,26	11,30	86,72	514
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**390**	**9,71**	**17,13**	**45,76**	**377,04**	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	118
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,85	0,17	17,17	78,2	537
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**270**	**1,25**	**0,47**	**27,47**	**125,2**	
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	70	0,49	7,07	1,40	71,4	36
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0	1
	Соус томатный	30	0,32	1,12	2,08	19,68	462
	Уха с крупой	180/25	6,30	3,11	11,03	98,41	70
	Картофельная запеканка с мясом	170	19,80	19,98	16,06	323	382
	Компот из яблок с лимоном	180	0,27	0,18	22,59	92,7	528
ИТОГО ЗА ОБЕД		**698**	**31,74**	**32,22**	**77,59**	**726,37**	
ПОЛДНИК	Булочка "Пермская"	50	3,80	5,72	25,93	171,47	657
	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108	534
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**240**	**9,02**	**11,48**	**34,39**	**279,47**	

УЖИН	Чай с сахаром, вареньем, медом (2-й вариант)	200	0,10	0,00	7,00	27,48	503
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Оладьи из печени	85	16,25	6,54	10,71	164,9	34/8
	Рагу из овощей	170	2,51	3,54	15,14	103,34	18/3
ИТОГО ЗА УЖИН		**470**	**20,84**	**10,33**	**44,92**	**349,12**	
УЖИН 2	Йогурт	150	7,50	4,80	12,75	130,5	536
ИТОГО ЗА УЖИН 2		**150**	**7,50**	**4,80**	**12,75**	**130,5**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2218**	**80,06**	**76,43**	**242,88**	**1987,7**	
День 2							
ЗАВТРАК	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63	306
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	3,16	3,26	11,30	86,72	514
	Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	150	5,45	6,11	22,23	165,6	272
	Бутерброд с сыром	30	3,19	1,61	10,15	69,23	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**420**	**16,90**	**15,58**	**43,98**	**384,55**	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,85	0,17	17,17	78,2	537
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**170**	**0,85**	**0,17**	**17,17**	**78,2**	
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,26	3,58	5,60	59,76	147
	Картофельное пюре	150	3,26	5,37	21,71	148,73	434
	Котлеты рыбные любительские	80	10,81	3,41	5,20	93,94	352
	Овощи натуральные соленые	70	0,52	0,07	1,11	8,45	113
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	28,53	117,9	402
	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0	1
ИТОГО ЗА ОБЕД		**723**	**20,95**	**13,28**	**86,58**	**549,96**	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	150	24,89	15,30	17,27	304,29	9/5
	Чай с сахаром, вареньем, медом (2-й вариант)	200	0,10	0,00	7,00	27,48	503
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**350**	**24,99**	**15,30**	**24,27**	**331,77**	
УЖИН	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Плов из мяса говядины	170	12,58	14,01	29,38	296,48	4/8
	Салат из свеклы с сыром и чесноком	70	3,43	6,51	5,18	93,1	58
	Чай с лимоном (2-й вариант)	200	0,16	0,00	7,22	29,88	505
ИТОГО ЗА УЖИН		**465**	**18,15**	**20,77**	**53,85**	**472,86**	
УЖИН 2	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка 1	150	4,35	3,75	6,00	75	535
ИТОГО ЗА УЖИН 2		**150**	**4,35**	**3,75**	**6,00**	**75**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2278**	**86,19**	**68,85**	**231,85**	**1892,34**	

День 3							
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	40	2,60	5,13	15,67	120,67	1/13
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	3,16	3,26	11,30	86,72	514
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,45	6,21	24,10	173,98	189
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**390**	**11,21**	**14,60**	**51,07**	**381,37**	
ЗАВТРАК 2	Кисель из яблок	180	0,13	0,13	11,99	48,49	307
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**180**	**0,13**	**0,13**	**11,99**	**48,49**	
ОБЕД	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком	70	1,96	4,97	6,93	80,5	70
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	6,52	6,53	15,19	146,41	152
	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,41	6,27	35,69	234,44	65
	Печень говяжья по-строгановски	90	15,62	12,63	5,69	200,05	403
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Соль йодированная	4	0,00	0,00	0,00	0	б/н
	Компот из яблок с лимоном	180	0,27	0,18	22,59	92,7	528
ИТОГО ЗА ОБЕД		**720**	**36,34**	**31,34**	**110,52**	**875,28**	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108	534
	Булочка школьная	50	4,40	2,10	29,70	154,2	472
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**230**	**9,62**	**7,86**	**38,16**	**262,2**	
УЖИН	Икра кабачковая (промышленного производства)	70	1,33	6,23	5,39	83,3	121
	Азу	180	14,67	15,73	18,72	275,26	370
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Чай с сахаром, вареньем, медом (2-й вариант)	180	0,10	0,00	3,30	13,6	503
	Печенье 1	25	1,88	2,45	18,60	104,25	609
ИТОГО ЗА УЖИН		**480,00**	**19,96**	**24,66**	**58,08**	**543,69**	
УЖИН 2	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка 1	150	4,35	3,75	6,00	75	535
ИТОГО ЗА УЖИН 2		**150**	**4,35**	**3,75**	**6,00**	**75**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2150,00**	**81,61**	**82,34**	**275,82**	**2186,03**	
День 4							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,50	3,98	23,03	146,25	14/4
	Бутерброд с сыром	30	3,19	1,61	10,15	69,23	1
	Какао с молоком	200	3,48	3,56	14,26	102,34	292
	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63	306
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**420**	**16,27**	**13,75**	**47,74**	**380,82**	

ЗАВТРАК 2	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74	636
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**200**	**0,00**	**0,00**	**18,40**	**74**	
ОБЕД	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	70	1,17	4,03	5,78	64,35	71
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	28,53	117,9	402
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Соль йодированная	4	0,00	0,00	0,00	0	б/н
	Борщ с капустой и картофелем	180	1,19	3,73	7,67	69,08	133
	Сметана 10	20	0,50	4,00	0,68	41,2	488
	Капуста тушеная с мясом птицы	180	15,12	7,38	9,36	164,61	137
ИТОГО ЗА ОБЕД		**695**	**23,08**	**19,99**	**76,45**	**578,32**	
ПОЛДНИК	Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,8	609
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,85	0,17	17,17	78,2	537
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**210**	**3,85**	**4,09**	**46,93**	**245**	
УЖИН	Котлеты, биточки, шницели	70	14,85	9,64	12,66	192,77	386
	Макароны отварные с овощами	170	3,20	8,32	24,56	185,6	300
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Чай с сахаром, вареньем, медом (2-й вариант)	200	0,10	0,00	7,00	27,48	503
ИТОГО ЗА УЖИН		**455**	**20,13**	**18,21**	**56,29**	**459,25**	
УЖИН 2	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150	4,35	3,75	6,00	75	535
ИТОГО ЗА УЖИН 2		**150**	**4,35**	**3,75**	**6,00**	**75**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2130**	**67,68**	**59,79**	**251,81**	**1812,39**	
День 5							
ЗАВТРАК	Хлеб с маслом	40	2,60	5,13	15,67	120,67	1/13
	Омлет натуральный	160	14,43	20,27	3,78	255,81	307
	Какао с молоком	200	3,48	3,56	14,26	102,34	292
	Горошек зеленый консервированный	70	2,20	1,43	4,59	39,89	244
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**470**	**22,71**	**30,39**	**38,30**	**518,71**	
ЗАВТРАК 2	Молоко кипяченое	180	5,22	5,76	8,46	108	534
	Печенье 1	25	1,88	2,45	18,60	104,25	609
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**205**	**7,10**	**8,21**	**27,06**	**212,25**	
ОБЕД	Салат из квашеной капусты с луком	70	1,04	6,57	1,95	70,85	17
	Суп картофельный с бобовыми (1-й вариант)	180	12,58	5,29	16,47	162,32	149
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115

	Соль йодированная	4	0,00	0,00	0,00	0	б/н
	Макароны отварные с овощами	170	3,20	8,32	24,56	185,6	300
	Соус томатный	30	0,32	1,12	2,08	19,68	462
	Шницель из курицы	80	15,36	3,42	10,78	134,82	134
	Компот из яблок с лимоном	180	0,27	0,18	22,59	92,7	528
ИТОГО ЗА ОБЕД		**765**	**37,33**	**25,66**	**102,86**	**787,15**	
ПОЛДНИК	Булочка молочная	50	5,95	1,41	34,73	175,35	479
	Кисель из яблок	180	0,13	0,13	11,99	48,49	307
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**240**	**6,08**	**1,54**	**46,72**	**223,84**	
УЖИН	Котлеты или биточки рыбные	80	11,12	1,68	7,68	90,4	351
	Овощи тушеные	170	3,86	6,46	15,86	140,54	338
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Чай с сахаром, вареньем, медом (2-й вариант)	200	0,10	0,00	7,00	27,48	503
ИТОГО ЗА УЖИН		**475**	**17,06**	**8,39**	**42,61**	**311,82**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2155**	**90,28**	**74,19**	**257,55**	**2053,77**	
День 6							
ЗАВТРАК	Сметана	30	0,75	6,00	1,02	61,8	488
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	3,16	3,26	11,30	86,72	514
	Бутерброд с сыром	30	3,19	1,61	10,15	69,23	1
	Зразы творожные с изюмом	160	20,59	20,80	40,32	430,93	330
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**420**	**27,69**	**31,67**	**62,79**	**648,68**	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**100**	**0,40**	**0,30**	**10,30**	**47**	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	70	0,58	3,31	2,34	41,6	31
	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	5,42	3,91	11,81	104,15	154
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	150	3,04	4,38	17,46	122,04	440
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Соль йодированная	2	0,00	0,00	0,00	0	1
	Рыба, тушенная в томате с овощами	80	12,60	6,14	2,54	115,34	79
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	28,53	117,9	402
ИТОГО ЗА ОБЕД		**723**	**26,74**	**18,59**	**87,11**	**622,21**	
ПОЛДНИК	Пряники	40	2,36	1,88	30,00	146,4	608
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,85	0,17	17,17	78,2	537
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**210**	**3,21**	**2,05**	**47,17**	**224,6**	

УЖИН	Каша гречневая рассыпчатая	130	7,41	6,27	35,69	234,44	65
	Бефстроганов из отварной говядины	75	11,35	10,35	1,80	145,5	372
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Чай с сахаром, вареньем, медом (2-й вариант)	200	0,10	0,00	7,00	27,48	503
	Кукуруза консервированная	70	1,56	1,14	7,86	48,52	245
ИТОГО ЗА УЖИН		**500**	**22,40**	**18,01**	**64,42**	**509,34**	
УЖИН 2	Йогурт	150	7,50	4,80	12,75	130,5	536
ИТОГО ЗА УЖИН 2		**150**	**7,50**	**4,80**	**12,75**	**130,5**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2103**	**87,94**	**75,42**	**284,54**	**2182,33**	
День 7							
ЗАВТРАК	Чай с сахаром, вареньем, медом (1-й вариант)	200	0,10	0,00	15,00	60	502
	Каша пшеничная молочная жидкая	150	5,45	6,21	24,10	173,98	189
	Бутерброд с сыром	30	3,19	1,61	10,15	69,23	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**380**	**8,74**	**7,82**	**49,25**	**303,21**	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**100**	**0,40**	**0,30**	**10,30**	**47**	
ОБЕД	Салат из свеклы и моркови	70	0,84	6,70	4,61	82,55	52
	Оладьи из печени	85	16,25	6,54	10,71	164,9	34/8
	Картофельное пюре	150	3,26	5,37	21,71	148,73	434
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115
	Соль йодированная	4	0,00	0,00	0,00	0	б/н
	Рассольник	180	9,95	6,75	9,77	140,06	138
	Компот из яблок с лимоном	180	0,27	0,18	22,59	92,7	528
ИТОГО ЗА ОБЕД		**730**	**35,13**	**26,30**	**93,82**	**750,12**	
ПОЛДНИК	Оладьи с яблоками	90	5,31	9,41	33,25	238,64	557
	Кисель из яблок	180	0,13	0,13	11,99	48,49	307
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**270**	**5,44**	**9,54**	**45,24**	**287,13**	
УЖИН	Чай с лимоном (2-й вариант)	200	0,16	0,00	7,22	29,88	505
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Горошек зеленый консервированный	70	2,20	1,43	4,59	39,89	244
	Омлет натуральный	160	14,43	20,27	3,78	255,81	307
	Печенье 1	30	2,25	2,94	22,32	125,1	609
ИТОГО ЗА УЖИН		**485**	**21,02**	**24,89**	**49,98**	**504,08**	
УЖИН 2	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка	150	4,35	3,75	6,00	75	535
ИТОГО ЗА УЖИН 2		**150**	**4,35**	**3,75**	**6,00**	**75**	

ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2115**	**75,08**	**72,60**	**254,59**	**1966,54**	
День 8							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,50	3,98	23,03	146,25	14/4
	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	3,16	3,26	11,30	86,72	514
	Яйца вареные	40	5,10	4,60	0,30	63	306
	Хлеб с маслом	40	2,60	5,13	15,67	120,67	1/13
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**430**	**15,36**	**16,97**	**50,30**	**416,64**	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**100**	**0,40**	**0,30**	**10,30**	**47**	
ОБЕД	Гуляш из говядины	80	14,79	6,90	2,54	131,55	373
	Салат картофельный с кукурузой и морковью	70	1,86	4,14	13,14	97,2	69
	Сметана 10	20	0,50	4,00	0,68	41,2	488
	Рис припущенный	130	3,54	6,05	32,40	198,15	420
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Соль йодированная	4	0,00	0,00	0,00	0	б/н
	Борщ с капустой и картофелем	180	1,19	3,73	7,67	69,08	133
	Напиток "Валетек" с витаминами	200	0,00	0,00	18,40	74	636
ИТОГО ЗА ОБЕД		**760**	**26,44**	**25,58**	**99,26**	**732,36**	
ПОЛДНИК	Булочка "Веснушка"	50	5,09	4,01	37,05	204,75	578
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,85	0,17	17,17	78,2	537
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**235**	**5,94**	**4,18**	**54,22**	**282,95**	
УЖИН	Рыба, запеченная с яйцом	80	11,52	7,28	7,28	140	347
	Сложный гарнир (Пюре картофельное с морковью в молочном соусе)	160	3,60	5,53	15,48	138,01	441
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Чай с сахаром, вареньем, медом (2-й вариант)	200	0,10	0,00	7,00	27,48	503
ИТОГО ЗА УЖИН		**485**	**17,20**	**13,06**	**41,83**	**358,89**	
УЖИН 2	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка 1	150	4,35	3,75	6,00	75	535
ИТОГО ЗА УЖИН 2		**150**	**4,35**	**3,75**	**6,00**	**75**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2160**	**69,69**	**63,84**	**261,91**	**1912,84**	
День 9							
ЗАВТРАК	Бутерброд с сыром	30	3,19	1,61	10,15	69,23	1
	Каша "Дружба"	150	3,95	8,74	18,79	169,65	266
	Какао с молоком	200	3,48	3,56	14,26	102,34	292
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**380**	**10,62**	**13,91**	**43,20**	**341,22**	

ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**100**	**0,40**	**0,30**	**10,30**	**47**	
ОБЕД	Рагу из овощей	170	2,51	3,54	15,14	103,34	18/3
	Котлеты, биточки, шницели	70	14,85	9,64	12,66	192,77	386
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115
	Соль йодированная	4	0,00	0,00	0,00	0	б/н
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,54	0,09	28,53	117,9	402
	Салат из свежих огурцов	70	0,49	7,07	1,40	71,4	36
	Уха с крупой	180/25	6,30	3,11	11,03	98,41	70
ИТОГО ЗА ОБЕД		**730**	**29,25**	**24,21**	**93,19**	**705**	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога 1	160	26,54	16,32	18,42	324,58	9/5
	Кисель из яблок	180	0,13	0,13	11,99	48,49	307
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**340**	**26,67**	**16,45**	**30,41**	**373,07**	
УЖИН	Чай с сахаром, вареньем, медом (2-й вариант)	200	0,10	0,00	7,00	27,48	503
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Сложный гарнир (Картофельное пюре с капустой тушеной)	150	3,04	4,38	17,46	122,04	440
	Шницель из курицы	80	15,36	3,42	10,78	134,82	134
ИТОГО ЗА УЖИН		**455**	**20,48**	**8,05**	**47,31**	**337,74**	
УЖИН 2	Йогурт	150	7,50	4,80	12,75	130,5	536
ИТОГО ЗА УЖИН 2		**150**	**7,50**	**4,80**	**12,75**	**130,5**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**2155**	**94,92**	**67,72**	**237,16**	**1934,53**	
День 10							
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком (2-й вариант)	200	3,16	3,26	11,30	86,72	514
	Печенье	40	3,00	3,92	29,76	166,8	609
	Каша гречневая с молоком	150	5,25	3,15	17,10	118,5	1/4
	Бутерброд с сыром	30	3,19	1,61	10,15	69,23	1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		**420**	**14,60**	**11,94**	**68,31**	**441,25**	
ЗАВТРАК 2	Плоды свежие	100	0,40	0,30	10,30	47	118
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		**100**	**0,40**	**0,30**	**10,30**	**47**	
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	180	11,38	7,11	10,60	152,3	160
	Компот из апельсинов с яблоками	180	0,45	0,18	19,98	83,7	529
	Хлеб пшеничный 1	16	1,26	0,16	7,73	34,18	114
	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	115

	Соль йодированная	4	0,00	0,00	0,00	0	б/н
	Салат из квашеной капусты с луком	70	1,04	6,57	1,95	70,85	17
	Картофельное пюре	150	3,26	5,37	21,71	148,73	434
	Рыба, тушенная в томате с овощами	80	12,60	6,14	2,54	115,34	79
ИТОГО ЗА ОБЕД		**725**	**33,29**	**26,13**	**81,21**	**692,1**	
ПОЛДНИК	Булочка "Пермская"	50	3,80	5,72	25,93	171,47	657
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	170	0,85	0,17	17,17	78,2	537
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		**230**	**4,65**	**5,89**	**43,10**	**249,67**	
УЖИН	Биточки рубленые из птицы или кролика	70	10,44	11,04	7,08	169,75	306
	Макароны отварные с овощами	160	3,20	8,32	24,56	185,6	300
	Соус томатный	30	0,32	1,12	2,08	19,68	462
	Хлеб пшеничный	25	1,98	0,25	12,07	53,4	114
	Чай с лимоном (2-й вариант)	200	0,16	0,00	7,22	29,88	505
ИТОГО ЗА УЖИН		**485**	**16,10**	**20,73**	**53,01**	**458,31**	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1960**	**69,04**	**64,99**	**255,93**	**1888,33**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**21454**	**803,10**	**705,99**	**2561,61**	**19834,6**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**2145,4**	**80,31**	**70,60**	**256,16**	**1983,46**	