

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецеп- туры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 1							
завтрак	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,1	6,4	21,5	126,4	189
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,0	214
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,0	0,0	10,4	41,8	430
	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/5.	0,8	4,3	7,4	65,9	1
Итог за завтрак		395	10,0	15,3	39,6	97,1	
2-ой завтрак	РЯЖЕНКА	130	3,7	3,2	6,7	68,1	435
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итог за 2-ой завтрак		230	3,7	3,2	6,7	68,1	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,3	2,1	0,8	19,0	19
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	5,1	5,2	31,1	170,5	85
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	4,0	16,4	97,5	335
	ПТИЦА ОТВАРНАЯ	60	14,1	9,8	0,3	142,7	409
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ГРУШИ)	150	0,1	0,1	12,5	52,4	394
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итог за обед		580	19,2	21,6	78,1	563,7	
Уплотненный полдник	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0,4	2,4	1,8	27,2	14
	МАКАРОНИК С ПЕЧЕНЬЮ	130	15,0	6,6	54,2	266,9	292
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,6	4,0	19,0	91,0	397
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,8	
	МАНДАРИН	55	21,0	0,2	10,0	36,1	
уплотненный полдник		445	41,3	13,5	101,9	516,0	
Итог за день:		1750	74,2	53,6	226,3	1 244,9	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 2							
завтрак	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	11,5	10,2	13,2	137,9	224
	СОУС КЛЮКВЕННЫЙ	50	0,0	0,0	8,8	35,8	361
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	180	1,7	1,5	14,9	65,5	395
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	20/15.	2,1	5,2	5,0	68,1	3
Итого за завтрак		385	15,3	16,9	41,9	307,3	
2-ой завтрак	ВИНОГРАД	95	0,6	0,6	14,2	66,3	
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итого за 2-ой завтрак		195	0,6	0,6	14,2	66,3	
Обед	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ	40	0,4	1,6	2,2	21,8	54
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,2	2,5	16,3	104,2	99
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	160	13,6	14,0	11,8	222,0	258
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С"	150	0,3	0,2	21,9	59,8	402
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		550	21,2	18,7	69,2	489,4	
Уплотненный полдник	ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	2,7	4,0	15,8	94,2	330
	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	60	9,9	4,0	2,7	72,7	249
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	70	5,8	10,2	44,1	243,8	460
	ЙОГУРТ	180	5,0	4,5	8,1	101,7	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,8	
Итого за уплотненный полдник		470	18,9	19,0	87,6	607,2	
Итого за день:		1600	56,0	55,2	212,9	1 470,2	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 3							
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ЯЧНЕВОЙ КРУПОЙ	150	4,4	5,0	19,5	102,5	94
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	5,1	4,6	0,3	63,0	213
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	4,3	19,9	93,9	397
	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/5.	0,8	4,3	7,4	65,9	1
Итого за завтрак		395	14,0	18,2	47,1	325,3	
2-ой завтрак	КЕФИР	100	2,8	3,0	3,9	57,2	
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итого за 2-ой завтрак		200	2,8	3,0	3,9	57,2	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ СО СВЕКЛОЙ И МОРКОВЬЮ ИЛИ ВИНЕГРЕТ ОВОЩНОЙ	40	0,6 (0,5)	3,9 (2,4)	4,4 (3,3)	46,1 (37,1)	39 (45)
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	150	1,6	3,2	11,9	77,0	91
	КАБАЧКИ ФАРШИРОВАННЫЕ С МЯСОМ ИЛИ (СВЕКЛА ТУШЕННАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ, БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ)	130 (110,60)	11,7 (2,2; 8,7)	11,5 (3,4; 5,9)	20 (13,0; 7,7)	215,7 (92,9; 111,8)	303 (340,289)
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,7	1,7	15,7	367
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1,0	0,2	41,4	77,4	442
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		560 (600)	17,0 (17,15)	19,9 (20,1)	96,4 (100,4)	513,5 (539,6)	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ПЕЧЕНЬЮ	110	9,1	3,9	14,0	132,0	291
	СОУС СМЕТАННЫЙ	35	0,6	3,0	2,7	38,6	367
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7.	0,2	0,0	8,7	36,8	393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,8	
	ГРУША	95	0,3	0,3	9,8	44,7	
	ВАФЛИ	30	0,9	1,7	23,2	106,2	
Итого за уплотненный полдник	Итого за прием пищи:	467	12,4	9,2	75,3	453,1	
Итого за день:	Всего за день:	1622 (1655)	46,2 (46,7)	50,2 (48,0)	222,43 (228,5)	1349,1 (1369,7)	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1 День 4							
завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	13,1	16,6	9,2	183,2	214
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/7	0,3	0,0	10,5	44,2	393
	БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ	20/5	0,8	4,3	7,4	65,9	1
Итого за завтрак		342	14,2	20,9	27,1	293,3	
2-ой завтрак	БАНАНЫ	95	1,4	0,5	20,0	91,2	
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итого за 2-ой завтрак		195	1,4	0,5	20,0	91,2	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ	40	0,4	4,1	1,3	36,5	23
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	150	3,9	5,4	7,5	87,7	95
	КАША ПЕРЛОВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	3,4	3,3	24,8	137,3	181
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	60	9,6	8,8	4,7	136,6	278
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,8	0,2	34,5	64,5	442
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		580	20,8	22,2	89,8	544,2	
Уплотненный полдник	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,5	5,0	18,6	109,9	346
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	10,8	9,5	10,6	134,5	268
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	13,8	68,4	398
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,7	
Итого за уплотненный полдник		430	20,9	21,2	62,1	419,8	
Итого за день:		1647	54,8	61,8	187,0	1 266,8	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 1							
День 5							
завтрак	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА	120	10,7	11,2	17,3	136,0	225
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,7	4,7	27,1	351
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	4,2	5,1	12,7	64,0	400
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	0,6	2,7	13,8	76,6	2
Итого за завтрак		360	15,5	20,7	48,5	303,7	
2-ой завтрак	ЙОГУРТ	110	3,1	2,8	5,0	62,2	
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итого за 2-ой завтрак		210	3,1	2,8	5,0	62,2	
Обед	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ	40	0,5	1,5	1,8	19,9	54
	БОРЩ С МЯСОМ	170	5,1	6,9	12,8	127,8	62
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	3,9	16,4	97,5	335
	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ	60	13,7	8,9	7,6	157,1	245
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,8	0,2	34,5	64,5	442
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,0	0,3	12,7	61,2	
Итого за обед		600	24,4	21,7	85,8	528,0	
Уплотненный полдник	МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ	120	12,3	11,5	13,9	195,3	274
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	170	1,7	1,5	14,9	65,5	395
	БУЛОЧКА "К ЧАЮ"	70	3,9	2,5	27,3	123,3	485
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,7	
	ГРУША СВЕЖАЯ	95	0,3	0,3	9,8	44,7	
Итого за уплотненный полдник		495	19,5	16,1	82,8	523,5	
Итого за день:		1765	62,5	61,3	222,1	1 417,4	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 6

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 День 6							
завтрак	СУП МОЛОЧНЫЙ С ПШЕНОМ	180	6,3	6,6	25,7	188,6	94
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,2	2,6	14,5	64,8	394
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	20/10.	0,5	2,2	11,0	61,3	2
Итог за завтрак		360	9,0	11,4	51,2	314,7	
2-ой завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,6	0,1	27,6	51,6	442
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итог за 2-ой завтрак		200	0,6	0,1	27,6	51,6	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,5	2,4	3,2	36,4	33
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	170	5,3	6,4	15,1	124,2	100
	ПЕРЕЦ ФАРШИРОВАННЫЙ МЯСОМ И РИСОМ ИЛИ (МЯСО ТУШЕНОЕ С КАПУСТОЙ "БИГУС")	160	18,6 (11,8)	17,1 (11,3)	21,8 (6,0)	298,7 (173,1)	299
	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ С ВИТАМИНОМ "С"	150	0,6	0,0	20,1	83,8	406
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итог за обед		560	27,7 (20,9)	26,3 (20,5)	77,2 (61,4)	326 (200,4)	
Уплотненный полдник	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	110	2,1	3,8	15,1	90,0	322
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ	60	12,3	2,8	3,5	83,7	256
	КАКАО С МОЛОКОМ	170	3,7	4,3	19,9	93,9	397
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,7	
	БАНАНЫ	95	1,4	0,5	20,0	91,2	
	ПРЯНИКИ	20	0,6	0,9	17,0	73,2	
Итог за уплотненный полдник		495	21,4	12,6	92,4	526,7	
Итог за день:		1715	58,7 (51,9)	50,4 (44,6)	248,4 (232,6)	1219 (1093,4)	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 День 7							
завтрак	СУФЛЕ ТВОРОЖНОЕ	120	10,9	8,6	14,6	118,4	227
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,4	4,0	3,6	52,8	19
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,7	4,3	20,0	94,1	397
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5.	0,9	3,5	7,9	63,0	1
Итого за завтрак		365	15,9	20,4	46,1	328,3	
2-ой завтрак	АПЕЛЬСИНЫ	95	0,8	0,2	6,9	36,8	
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итого за 2-ой завтрак		195	0,8	0,2	6,9	36,8	
Обед	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ ИЛИ (ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ)	40	0,8 (0,3)	2,8 (0,1)	3,1 (0,4)	33,2 (4,7)	35 (101)
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,9	1,8	17,8	86,6	98
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	140	14,0	17,2	17,6	261,4	299
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	0,7	1,7	15,7	367
	КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ С ВИТ "С"	150	0,4	0,2	23,0	64,2	378
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		540	20,1 (19,6)	23,1 (20,4)	80,2 (77,5)	542,7 (514,2)	
Уплотненный полдник	РАГУ ОВОЩНОЕ	120	2,4	5,7	14,6	103,0	351
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	40	4,9	4,4	0,3	49,1	213
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,7	
	ЗЕФИР	20	0,1	0,0	7,8	31,6	
	СНЕЖОК	180	4,7	4,3	23,5	138,0	
Итого за уплотненный полдник		400	13,4	14,7	464,9	416,4	
Итого за день:		1600	50,2(49,7)	58,4 (55,7)	598,1 (595,4)	1323,8 (1295,3)	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2 День 8							
завтрак	КАША КУКУРУЗНАЯ ЖИДКАЯ	150	3,8	6,4	18,9	99,7	189
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	2,6	2,9	19,9	115,5	396
	БУТЕРБРОДЫ С СЫРОМ	20/15.	2,1	5,2	5,0	68,1	3
	ЯБЛОКО	45	0,2	0,2	4,4	21,2	
Итого за завтрак		410	8,7	14,7	48,2	304,5	
2-ой завтрак	РЯЖЕНКА	130	3,7	3,2	6,7	68,1	401
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итого за 2-ой завтрак		230	3,7	3,2	6,7	68,1	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ	40	0,3	4,0	6,3	33,6	19
	СУП С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	6,4	6,1	9,5	114,8	83
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	110	3,4	27,6	158,6	220,0	333
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	40/15	11,7	6,1	2,1	116,4	256
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	41,4	77,4	442
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		590	25,4	44,4	234,9	643,8	
Уплотненный полдник	КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ	100	2,9	3,4	16,6	92,8	324
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	0,07	5,3	20,8	41
	ВАТРУШКИ С ТВОРОЖНЫМ ФАРШЕМ	70	4,8	5,3	34,8	206,5	458
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,7	
	СНЕЖОК	180	4,7	4,4	23,6	137,9	
	ГРУША	50	0,1	0,0	6,9	42,2	
Итого за уплотненный		480	14,3	13,5	104,1	594,9	
Итого за день:		1710	52,1	75,8	393,9	1 611,3	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2							
День 9							
завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	10,8	13,2	3,0	134,9	214
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,5	4,0	3,6	52,8	41
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	6,1	15,2	76,8	400
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20/5.	0,9	3,5	7,9	63,0	1
Итого за завтрак		365	17,3	26,8	29,7	327,5	
2-ой завтрак	ВИНОГРАД	95	0,6	0,6	14,2	66,3	
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итого за 2-ой завтрак		195	0,6	0,6	14,2	66,3	
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	40	0,3	1,8	1,4	20,4	14
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ	150	4,2	5,7	12,1	111,8	58
	БАКЛАЖАНЫ, ФАРШИРОВАННЫЕ МЯСОМ И РИСОМ ИЛИ ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140 (160)	12,4 (12,6)	14 (13,5)	17,7 (1,8)	229,2 (215,8)	299 (298)
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,3	1,7	1,5	22,0	367
	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,9	0,2	41,4	77,4	442
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		570 (590)	17,56 (17,76)	23,8 (23,3)	91,1 (75,2)	542,4 (529)	
Уплотненный полдник	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,5	4,7	17,5	106,6	335
	ПУДИНГ РЫБНЫЙ ПАРОВОЙ	60	14,4	6,8	4,3	130,4	270
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/7	0,2	0,0	8,6	36,2	393
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,7	
	ЗЕФИР	20	0,2	0,0	15,5	63,2	
Итого за уплотненный полдник		407	18,6	11,8	62,8	431,1	
Итого за день:		1474 (1494)	54,06 (54,26)	63,0 (62,5)	197,8 (181,9)	1367,3 (1353,9)	

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Неделя 2							
День 10							
завтрак	КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ	150	5,6	8,0	25,8	135,3	184
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	2,2	2,6	14,4	64,6	394
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	20/11.	3,1	5,5	6,2	81,6	11
	БАНАНЫ	50.	0,8	0,3	10,5	48,0	
Итого за завтрак		381	11,7	16,4	56,9	329,5	
2-ой завтрак	ЙОГУРТ	130	3,6	3,3	5,9	73,5	
	ВОДА ПИТЬЕВАЯ	100					
Итого за 2-ой завтрак		230	3,6	3,3	5,9	73,5	
Обед	ИКРА МОРКОВНАЯ	40	0,4	1,6	2,6	23,3	54
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	150	4,6	5,0	13,1	107,2	67
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	16,4	15,0	27,2	309,3	304
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА С ВИТ "С"	150	0,3	0,1	16,0	66,2	402
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,7	0,4	17,0	81,6	
Итого за обед		540	24,4	22,1	75,9	587,6	
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ С ТВОРОГОМ	130	5,3	4,4	41,1	193,4	193
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,1	6,1	15,2	76,8	400
	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	70	2,5	4,5	20,9	112,0	474
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	1,3	0,3	16,9	94,7	
	ЯБЛОКО	45	0,2	0,2	4,4	1,9	
уплотненный полдник		465	14,4	15,5	98,5	478,8	
Итого за день:		1716	54,1	57,3	237,2	1 469,4	
Итого за весь период:		14483 (14536)	562,84 (556,26)	529,7 (518,5)	2746,13 (2717,8)	13739,2 (13592,3)	
Среднее значение за период:		1448,30 (1453,6)	56,3 (55,6)	52,3 (51,9)	274,6 (271,7)	1373,9 (1359,2)	