



МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
Завтрак:	Каша ячневая на концентрированном молоке со сливочным маслом	200	6	5,3	30,7	195	0,42	14/4
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
	Бутерброд с маслом	40/5	2,92	5,77	1,98	135,75	0	88
	ИТОГО	445	11,92	13,97	46,08	419,75	0,94	
10.00	Сок фруктовый в ассортименте	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60	0,7	4	6,1	62	1,82	13/1
	Суп фасолевый	200	3,7	3,9	12	99	2,88	32/2
	Жаркое по-домашнему	230	28,18	21,74	25,9	410,45	0	76
	Компот из кураги	200	0,49	0	0,2	76,46	0	6/10
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	745	35,99	30	61,4	724,77	4,7	
Уплотненный полдник	Лапшевник с творогом	150	12,15	9,75	36,75	285	0,09	3/5
	Джем	15	0,04	0	10,2	34,5	0	
	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	200	5,8	6,4	8	117	4	125
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	385	19,59	16,35	64,55	484,5	4,09	
Итого за первый день:		1675	68,5	60,52	192,23	1715,02	13,73	

стр. 285/1
Екатеринбург, 2011

стр. 163/2
Екатеринбург, 2011

стр. 48 Москва, 2003

стр. 45/1
Екатеринбург, 2011

стр. 157/1
Екатеринбург, 2011

стр. 133 Пермь 2003

стр. 149/2
Екатеринбург, 2011

стр. 301/1
Екатеринбург, 2011

стр. 190 Москва 2003

*** кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 2								
Завтрак:	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	200	4,5	5,9	22	159	0,59	4/4
	Чай с лимоном	200	0,1	0	9,2	36	0,8	11/10
	Батон с сыром	40/10	4,99	3,25	2,39	108	0	90
	ИТОГО	460	9,59	9,15	33,59	303	1,39	
10.00	Фрукт в ассортименте*****	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью	60	0,06	0,02	0,03	25,8	0	15/1
	Свекольник со сметаной	200	1,7	4,4	11,7	93	5,54	5/2
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	11,4	11,1	5,2	166	0	14/8
	Картофельное пюре	150	3,1	4,2	20,6	135	10,74	3/3
	Напиток из шиповника	200	0,2	0,1	16,7	65	89	15/10
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	745	19,32	20,16	71,4	535,86	105,28	
Уплотненный полдник	Омлет запеченный или паровой	150	14,62	19,68	2,62	245,62	0,2	2/6
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	370	19,22	22,78	25,62	382,62	0,72	
Итого за второй день:		1675	49,13	52,29	150,81	1307,48	111,39	

стр.265/1
Екатеринбург, 2011

стр.159/2
Екатеринбург,2011

стр.49 Москва, 2003

стр.49/1 Екатеринбург,
2011

стр.103/1
Екатеринбург,2011

стр.67/2
Екатеринбург,2011

стр.171/1
Екатеринбург,2011

стр.167/2
Екатеринбург,2011

стр.5/2
Екатеринбург,2011

стр. 163/2
Екатеринбург,2011

***** яблоко, груша, банан, апельсины

***** яблоко, груша, банан, апельсин



МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3- / дет								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 3								
Завтрак:	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6	31,2	206	0,42	15/4
	Батон с маслом и сыром	40/5/9	6	7,92	16,92	164,4	0,08	4/13
	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	135	0,52	14/10
	ИТОГО	454	16,4	17,42	71,02	505,4	1,02	
10.00	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	100	2,9	3,2	4	58,5	2	125
Обед:	Суп из овощей со сметаной	200	1,5	5,2	8,3	87	6,85	14/2
	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,8	5	4,1	64	1,16	20/1
	Печень по-строгановски	80	10,07	10,53	2	144,07	7,31	9/8
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	3,8	32,4	188	0	43/3
	Компот из чернослива	200	1,43	0	51,8	206,89	0	117
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	745	22,02	24,89	115,8	766,82	15,32	
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные с рисом в соусе	80/50	11,9	4,2	11,2	131	0,86	12/7
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10
	Кондитерское изделие в ассортименте*	20	0	0	15,9	61	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	370	13,5	4,4	45,8	275	0,86	
Итого за третий день:		1669	54,82	49,91	236,62	1605,72	19,2	

стр.287/1
Екатеринбург,2011

стр.237
Екатеринбург,2011

стр.165/2
Екатеринбург,2011

стр.190 Москва 2003

стр.121/1
Екатеринбург,2011

стр.59/1
Екатеринбург,2011

стр.57/2
Екатеринбург,2011

стр.251/1
Екатеринбург,2011

стр.180 Пермь 2003

стр.33/2
Екатеринбург,2011

стр.157/2
Екатеринбург

стр.287/1
Екатеринбург,2011

стр.237
Екатеринбург,2011

стр.165/2
Екатеринбург,2011

стр.190 Москва 2003

стр.121/1
Екатеринбург,2011

стр.59/1
Екатеринбург,2011

стр.57/2
Екатеринбург,2011

стр.251/1
Екатеринбург,2011

стр.180 Пермь 2003

стр.33/2
Екатеринбург,2011

стр.157/2
Екатеринбург

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка * печенье, вафли, пряник

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
Завтрак:	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6	31,2	206	0,42	11/4
	Батон с маслом, сыром	40/5/9	6	7,92	16,92	164,4	0,08	4/13
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10
	ИТОГО	454	12,5	13,92	57,22	405,4	0,5	
10.00	Сок фруктовый в ассортименте	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед:	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью	60	0,06	0,02	0,03	25,8	0	15/1
	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,8	4,4	10,1	88	6,41	31/2
	Плов из мяса говядины	230	17,02	18,95	39,74	401,12	1,1	4/8
	Напиток из клюквы	200	0,1	0	16,13	62,05	0	126
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	745	21,84	23,71	83,17	628,03	7,51	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с изюмом	150	24,3	14,4	25,65	331,5	0,33	11/5
	Сгущенное молоко	15	1,2	1,27	8,4	49,5		
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	385	30,1	18,77	57,05	518	0,85	
Итого за четвертый день:		1684	65,44	56,6	217,64	1637,43	12,86	

стр.279/1
Екатеринбург,2011

стр.237
Екатеринбург,2011

стр.157/2
Екатеринбург,2011

стр.49/1 Екатеринбург,
2011

стр.155/1
Екатеринбург,2011

стр. 47/2
Екатеринбург,2011

стр.191 Пермь 2003

стр.317/1
Екатеринбург,2011

стр. 163/2
Екатеринбург,2011

стр.279/1
Екатеринбург,2011
стр.237
Екатеринбург,2011
стр.157/2
Екатеринбург,2011

стр.49/1 Екатеринбург,
2011
стр.155/1
Екатеринбург,2011
стр. 47/2
Екатеринбург,2011
стр.191 Пермь 2003

стр.317/1
Екатеринбург,2011
стр. 163/2
Екатеринбург,2011

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 5									
Завтрак:	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	6,6	29,3	206	0,42	2/4	стр.261/1 Екатеринбург,2011
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10	стр. 163/2 Екатеринбург,2011
	Бутерброд с маслом	40/5	2,92	5,77	1,98	135,75	0	88	стр.48 Москва, 2003
	ИТОГО	445	13,12	15,27	44,68	430,75	0,94		
10.00	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	100	2,9	3,2	4	58,5	2	125	стр.190 Москва 2003
Обед:	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,7	4	6,6	64	2,65	10/1	стр.39/1 Екатеринбург,2011
	Суп картофельный со сметаной	200	1,3	2,1	9	61	4,57	12/2	стр.117/1 Екатеринбург,2011
	Мясо кур отварное (порционное, без кости)	80	18,88	17,92	0,16	236,8	0,89	1/9	стр.123/2 Екатеринбург,2011
	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	13,6	94	31,3	8/3	стр.181/1 Екатеринбург,2011
	Компот из изюма	200	0,17	0	0,18	75,47	0	117	стр.149/2 Екатеринбург,2011
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0		
	ИТОГО	685	26,77	23,28	40,14	544,13	36,76		
	Уплотненный полдник	Мучное изделие в ассортименте****	60	5,3	3,9	32,4	188	0,1	8/12
Суп молочный с крупой		200	3,5	4,2	14,2	108	0,52	22/2	стр.137/1 Екатеринбург,2011
Чай		200	0	0	9,1	35	0	10/10	стр.157/2 Екатеринбург,2011
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	9,6	48	0		
ИТОГО		480	10,4	8,3	65,3	379	0,62		
Итого за пятый день:		1710	53,19	50,05	154,12	1412,38	40,32		
*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка ****сдоба обыкновенная									

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка ****сдоба обыкновенная

Утверждаю
Заведующий
детского сада №144
_____ В.Ю. Перепелова
«___» _____ 2017г.

MEHIO

Возрастная категория: 3-7 лет

Бюджетная категория: 3-7 лет								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 6								
Завтрак:	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,3	5,1	27,5	178	0,42	5/4
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
	Батон с джемом	45/15	4	1,5	32,5	157	0,1	89
	ИТОГО	460	12,3	9,5	73,4	424	1,04	
10.00	Сок фруктовый в ассортименте	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед:	Щи из капусты со сметаной	200	1,5	2,5	6	53	10,85	6/2
	Гуляш из отварного мяса говядины	80	11,76	12,56	2,8	171,2	0	12/8
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	3,8	32,4	188	0	43/3
	Компот из кураги	200	0,49	0	0,2	76,46	0	6/10
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,44	0,5	1,44	53	5,56	14/1
	ИТОГО	745	22,41	42879,22	60,04	618,52	16,41	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью	120	16,32	14,16	15,24	255,6	0,75	13/5
	Соус молочный сладкий	50	1,24	2,35	7,42	54,85	0,19	2/11
	Кисло-молочный напиток в ассортименте**	200	5,8	6,4	8	117	4	125
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	390	24,96	23,11	40,26	475,45	4,94	
Итого за шестой день:		1695	60,67	42912,03	193,9	1603,97	26,39	

*** кефир анисовый, просеянный

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
Завтрак:	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6	5,3	30,7	195	0,42	14/4
	Батон с сыром	40/10	4,99	3,25	2,39	108	0	90
	Чай с лимоном	200	0,1	0	9,2	36	0,8	11/10
	ИТОГО	450	11,09	8,55	42,29	339	1,22	
10-00	Фрукт в ассортименте*****	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед:	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	60	0,8	4,9	12,2	94	0,88	25/1
	Рассольник домашний со сметаной	200	1,8	4,4	11	93	8,41	10/2
	Картофельное пюре	150	3,1	4,2	20,6	135	10,74	3/3
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	11,4	11,1	5,2	166	0	14/8
	Напиток из шиповника	200	0,2	0,1	16,7	65	89	15/10
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	745	20,22	25,06	82,9	629,86	109,03	
Уплотненный полдник	Омлет с зеленым горошком (запеченный)	150	9,93	6,93	6,37	127,5	3,18	3/6
	Кондитерское изделие в ассортименте*	20	0	0	15,9	61	0	
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	390	14,53	10,03	45,27	325,5	3,7	
Итого за седьмой день:		1685	46,84	43,84	190,66	1380,36	117,95	

стр.285/1
Екатеринбург,2011
стр.49 Москва, 2003
стр.159/2
Екатеринбург,2011

стр.69/1
Екатеринбург,2011
стр.113/1
Екатеринбург,2011
стр.171/1
Екатеринбург,2011
стр.67/2
Екатеринбург,2011
стр.167/2
Екатеринбург,2011

стр.7/2
Екатеринбург,2011
стр. 163/2
Екатеринбург,2011

***** яблоко, груша, банан, апельсин * напиток из шиповника

***** яблоко, груша, банан, апельсин * печенье, вафли, пряник

стр.285/1
Екатеринбург,2011
стр.49 Москва, 2003
стр.159/2
Екатеринбург,2011

стр.69/1
Екатеринбург,2011
стр.113/1
Екатеринбург,2011
стр.171/1
Екатеринбург,2011
стр.67/2
Екатеринбург,2011
стр.167/2
Екатеринбург,2011

стр.7/2
Екатеринбург,2011

стр. 163/2
Екатеринбург,2011

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамины С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 8									
Завтрак:	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6	31,2	206	0,42	11/4	стр.279/1 Екатеринбург,2011
	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	135	0,52	14/10	стр.165/2 Екатеринбург,2011
	Батон с маслом, сыром	40/5/9	6	7,92	16,92	164,4	0,08	4/13	стр.237 Екатеринбург,2011
	ИТОГО	454	16,4	17,42	71,02	505,4	1,02		
10.00									
	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	100	2,9	3,2	4	58,5	2	125	стр.190 Москва 2003
Обед:	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью	60	0,06	0,02	0,03	25,8	0	15/1	стр.49/1 Екатеринбург, 2011
	Борщ со сметаной	200	1,7	4,3	10,3	87	8,65	2/2	стр.97/1 Екатеринбург,2011
	Мясо кур отварное в соусе	100	12,2	13,1	2,1	175	0,58	2/9	стр.125/2 Екатеринбург,2011
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,6	6,8	37,8	250	0,9	44/3	стр.255/1 Екатеринбург,2011
	Компот из чернослива	200	1,43	0	51,8	206,89	0	117	стр.180 Пермь 2003
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0		
	ИТОГО	765	26,85	24,56	119,2	795,75	10,13		
Уплотненный полдник	Рагу из овощей	150	2,3	3,7	13,5	97	10,61	18/3	стр.201/1 Екатеринбург,2011
	Сельдь с маслом	40	4,53	11,73	0,26	125,34	0	35/1	стр.89/1 Екатеринбург,2011
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10	стр.157/2 Екатеринбург,2011
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0		
	ИТОГО	410	8,43	15,63	32,46	305,34	10,61		
Итого за восьмой день:		1729	54,58	60,81	226,68	1664,99	23,76		
*** сифир. анализ									

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 9								
Завтрак:	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,4	7,9	29,5	219	0,52	6/4
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10
	Батон с маслом, сыром	40/5/9	6	7,92	16,92	164,4	0,08	4/13
	ИТОГО	454	13,4	15,82	55,52	418,4	0,6	
10.00	Сок фруктовый в ассортименте	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед:	Суп рыбный (на рыбных консервах)	200	0,8	0,2	0,1	121		6/2
	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	60	1	4	6,5	65	24,26	3/1
	Рыба, тушеная с овощами	120	11,6	6,3	4,9	122	1,41	4/7
	Картофельное пюре с морской капустой	150	2,6	4,1	15,5	111	8,06	6/3
	Компот из сухофруктов	200	0,5	0	18,3	72	50,16	6/10
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	785	19,42	14,96	62,5	567,86	83,89	
	Уплотненный полдник	Пудинг из творога с морковью	120	14,4	11,04	18,72	234	0,74
Молоко сгущенное		20	1,6	1,7	11,2	66	0	
Кофейный напиток с молоком		200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	9,6	48	0	
ИТОГО		360	20,6	15,84	52,92	437	1,26	
Итого за девятый день:		1699	54,42	46,82	191,14	1509,26	89,75	

стр.269/1
Екатеринбург,2011

стр.157/2
Екатеринбург,2011

стр.237
Екатеринбург,2011

стр.97/1
Екатеринбург,2011

стр.25/1
Екатеринбург,2011

стр.17/2
Екатеринбург,2011

стр.177/1
Екатеринбург,2011

стр.149/2
Екатеринбург,2011

стр.331/1
Екатеринбург,2011

стр. 163/2
Екатеринбург,2011

стр.269/1
Екатеринбург,2011
стр.157/2
Екатеринбург,2011
стр.237
Екатеринбург,2011

стр.97/1
Екатеринбург,2011
стр.25/1
Екатеринбург,2011
стр.17/2
Екатеринбург,2011
стр.177/1
Екатеринбург,2011
стр.149/2
Екатеринбург,2011

стр.331/1
Екатеринбург,2011
стр. 163/2
Екатеринбург,2011

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 10									
Завтрак:	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	6	5,8	42,4	248	0,52	7/4	стр.271/1 Екатеринбург,2011
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10	стр. 163/2 Екатеринбург,2011
	Бутерброд с маслом	40/5	2,92	5,77	1,98	135,75	0	88	стр.48 Москва, 2003
	ИТОГО	445	11,92	14,47	57,78	472,75	1,04		
10-00	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	100	2,9	3,2	4	58,5	2	125	стр.190 Москва 2003
Обед:	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60	1,1	4,1	7,3	72	1,96	27/1	стр.73/1 Екатеринбург,2011
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,3	4	15,9	118	4,52	17/2	стр.127/1 Екатеринбург,2011
	Мясо кур отварное (порционное, без кости)	80	18,88	17,92	0,16	236,8	0,89	1/9	стр.123/2 Екатеринбург,2011
	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	13,6	94	31,3	8/3	стр.181/1 Екатеринбург,2011
	Компот из изюма	200	0,17	0	0,2	75,47	0	117	стр.149/2 Екатеринбург,2011
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0		
	ИТОГО	745	30,87	29,28	54,36	673,13	38,67		
Уплотненный полдник	Мучное изделие в ассортименте****	70	5	2,6	30,4	166	0,36	12/12	стр.207/2 Екатеринбург,2011
	Макаронные изделия отварные с сыром	130	6,31	4,94	26,24	177,4	0,02	43-2/3	стр.253/1 Екатеринбург,2011
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10	стр.157/2 Екатеринбург,2011
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0		
	ИТОГО	420	12,91	7,74	75,34	426,4	0,38		
Итого за десятый день:		1710	58,6	54,69	191,48	1630,78	42,09		
Итого за весь период		17,510	826,25	789,12	2819,9	16408	998,24		
Среднее значение за период		1,751	82,62	78,91	281,99	1640,86	99,82		
*** кефир,ацидофильн. простокваша, ряженка ****									

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка **** пирожки печеные из дрожжевого теста с курагой

Утверждаю
Заведующий
детского сада №144



В.Ю. Перепелова
2017г.

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 11								
Завтрак:	Каша ячневая на концентрированном молоке со сливочным маслом	200	6	5,3	30,7	195	0,42	14/4
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
	Бутерброд с маслом	40/5	2,92	5,77	1,98	135,75	0	88
	ИТОГО	445	11,92	13,97	46,08	419,75	0,94	
10.00	Сок фруктовый в ассортименте	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед	Салат из припущенной моркови и яблок с растительным маслом	60	0,7	4	6,1	62	1,82	13/1
	Суп фасолевый	200	3,7	3,9	12	99	2,88	32/2
	Жаркое по-домашнему	230	28,18	21,74	25,9	410,45	0	76
	Компот из кураги	200	0,49	0	0,2	76,46	0	6/10
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	745	35,99	30	61,4	724,77	4,7	
Уплотненный полдник	Лапшевник с творогом	150	12,15	9,75	36,75	285	0,09	3/5
	Джем	15	0,04	0	10,2	34,5	0	
	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	200	5,8	6,4	8	117	4	125
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	385	19,59	16,35	64,55	484,5	4,09	
Итого за первый день:		1675	68,5	60,52	192,23	1715,02	13,73	

стр. 285/1
Екатеринбург, 2011

стр. 163/2
Екатеринбург, 2011

стр. 48 Москва, 2003

стр. 45/1
Екатеринбург, 2011

стр. 157/1
Екатеринбург, 2011

стр. 133 Пермь 2003

стр. 149/2
Екатеринбург, 2011

стр. 301/1
Екатеринбург, 2011

стр. 190 Москва 2003

стр. 285/1
Екатеринбург, 2011
стр. 163/2
Екатеринбург, 2011
стр. 48 Москва, 2003

стр. 45/1
Екатеринбург, 2011
стр. 157/1
Екатеринбург, 2011
стр. 133 Пермь 2003
стр. 149/2
Екатеринбург, 2011

стр. 301/1
Екатеринбург, 2011
стр. 190 Москва 2003

*** кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 12								
Завтрак:	Каша кукурузная молочная со сливочным маслом	200	4,5	5,9	22	159	0,59	4/4
	Чай с лимоном	200	0,1	0	9,2	36	0,8	11/10
	Батон с сыром	40/10	4,99	3,25	2,39	108	0	90
	ИТОГО	460	9,59	9,15	33,59	303	1,39	
10.00	Фрукт в ассортименте*****	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью	60	0,06	0,02	0,03	25,8	0	15/1
	Свекольник со сметаной	200	1,7	4,4	11,7	93	5,54	5/2
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	11,4	11,1	5,2	166	0	14/8
	Картофельное пюре	150	3,1	4,2	20,6	135	10,74	3/3
	Напиток из шиповника	200	0,2	0,1	16,7	65	89	15/10
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	745	19,32	20,16	71,4	535,86	105,28	
Уплотненный полдник	Омлет запеченный или паровой	150	14,62	19,68	2,62	245,62	0,2	2/6
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	370	19,22	22,78	25,62	382,62	0,72	
Итого за второй день:		1675	49,13	52,29	150,81	1307,48	111,39	

стр.265/1
Екатеринбург, 2011

стр.159/2
Екатеринбург,2011

стр.49 Москва, 2003

стр.49/1 Екатеринбург,
2011

стр.103/1
Екатеринбург,2011

стр.67/2
Екатеринбург,2011

стр.171/1
Екатеринбург,2011

стр.167/2
Екатеринбург,2011

стр.5/2
Екатеринбург,2011

стр. 163/2
Екатеринбург,2011

***** яблоко, груша, банан, апельсин

***** яблоко, груша, банан, апельсин

стр.265/1
Екатеринбург, 2011

стр.159/2
Екатеринбург, 2011

стр.49 Москва, 2003

стр.49/1 Екатеринбург, 2011

стр.103/1
Екатеринбург, 2011

стр.67/2
Екатеринбург, 2011

стр.171/1
Екатеринбург, 2011

стр.167/2
Екатеринбург, 2011

стр.5/2
Екатеринбург, 2011

стр. 163/2
Екатеринбург, 2011

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 13								
Завтрак:	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6	31,2	206	0,42	15/4
	Батон с маслом и сыром	40/5/9	6	7,92	16,92	164,4	0,08	4/13
	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	135	0,52	14/10
	ИТОГО	454	16,4	17,42	71,02	505,4	1,02	
10.00	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	100	2,9	3,2	4	58,5	2	125
Обед:	Суп из овощей со сметаной	200	1,5	5,2	8,3	87	6,85	14/2
	Салат из отварной свеклы с растительным маслом	60	0,8	5	4,1	64	1,16	20/1
	Печень по-строгановски	80	10,07	10,53	2	144,07	7,31	9/8
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	3,8	32,4	188	0	43/3
	Компот из чернослива	200	1,43	0	51,8	206,89	0	117
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	745	22,02	24,89	115,8	766,82	15,32	
Уплотненный полдник	Тефтели рыбные с рисом в соусе	80/50	11,9	4,2	11,2	131	0,86	12/7
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10
	Кондитерское изделие в ассортименте*	20	0	0	15,9	61	0	
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	370	13,5	4,4	45,8	275	0,86	
Итого за третий день:		1669	54,82	49,91	236,62	1605,72	19,2	

стр.287/1
Екатеринбург,2011

стр.237
Екатеринбург,2011

стр.165/2
Екатеринбург,2011

стр.190 Москва 2003

стр.121/1
Екатеринбург,2011

стр.59/1
Екатеринбург,2011

стр.57/2
Екатеринбург,2011

стр.251/1
Екатеринбург,2011

стр.180 Пермь 2003

стр.33/2
Екатеринбург,2011

стр.157/2
Екатеринбург

*** рецептура составлена на 100г

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка * печенье, вафли, пряник

стр.287/1
Екатеринбург,2011
стр.237
Екатеринбург,2011
стр.165/2
Екатеринбург,2011
стр.190 Москва 2003
стр.121/1
Екатеринбург,2011
стр.59/1
Екатеринбург,2011
стр.57/2
Екатеринбург,2011
стр.251/1
Екатеринбург,2011
стр.180 Пермь 2003

стр.33/2
Екатеринбург,2011
стр.157/2
Екатеринбург

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 14									
Завтрак:	Каша пшенная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6	31,2	206	0,42	11/4	стр.279/1 Екатеринбург,2011
	Батон с маслом, сыром	40/5/9	6	7,92	16,92	164,4	0,08	4/13	стр.237 Екатеринбург,2011
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10	стр.157/2 Екатеринбург,2011
	ИТОГО	454	12,5	13,92	57,22	405,4	0,5		
10.00	Сок фруктовый в ассортименте	100	1	0,2	20,2	86	4		
Обед:	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью	60	0,06	0,02	0,03	25,8	0	15/1	стр.49/1 Екатеринбург, 2011
	Суп крестьянский с крупой со сметаной	200	1,8	4,4	10,1	88	6,41	31/2	стр.155/1 Екатеринбург,2011
	Плов из мяса говядины	230	17,02	18,95	39,74	401,12	1,1	4/8	стр. 47/2 Екатеринбург,2011
	Напиток из клюквы	200	0,1	0	16,13	62,05	0	126	стр.191 Пермь 2003
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0		
	ИТОГО	745	21,84	23,71	83,17	628,03	7,51		
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с изюмом	150	24,3	14,4	25,65	331,5	0,33	11/5	стр.317/1 Екатеринбург,2011
	Сгущенное молоко	15	1,2	1,27	8,4	49,5			
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10	стр. 163/2 Екатеринбург,2011
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0		
	ИТОГО	385	30,1	18,77	57,05	518	0,85		
Итого за четвертый день:		1684	65,44	56,6	217,64	1637,43	12,86		

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 15									
Завтрак:	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200	7,2	6,6	29,3	206	0,42	2/4	стр.261/1 Екатеринбург,2011
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10	стр. 163/2 Екатеринбург,2011
	Бутерброд с маслом	40/5	2,92	5,77	1,98	135,75	0	88	стр.48 Москва, 2003
	ИТОГО	445	13,12	15,27	44,68	430,75	0,94		
10.00	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	100	2,9	3,2	4	58,5	2	125	стр.190 Москва 2003
Обед:	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,7	4	6,6	64	2,65	10/1	стр.39/1 Екатеринбург,2011
	Суп картофельный со сметаной	200	1,3	2,1	9	61	4,57	12/2	стр.117/1 Екатеринбург,2011
	Мясо кур отварное (порционное, без кости)	80	18,88	17,92	0,16	236,8	0,89	1/9	стр.123/2 Екатеринбург,2011
	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	13,6	94	31,3	8/3	стр.181/1 Екатеринбург,2011
	Компот из изюма	200	0,17	0	0,18	75,47	0	117	стр.149/2 Екатеринбург,2011
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0		
	ИТОГО	685	26,77	23,28	40,14	544,13	36,76		
Уплотненный полдник	Мучное изделие в ассортименте****	60	5,3	3,9	32,4	188	0,1	8/12	стр.199/2 Екатеринбург,2011
	Суп молочный с крупой	200	3,5	4,2	14,2	108	0,52	22/2	стр.137/1 Екатеринбург,2011
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10	стр.157/2 Екатеринбург,2011
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0		
	ИТОГО	480	10,4	8,3	65,3	379	0,62		
Итого за пятый день:		1710	53,19	50,05	154,12	1412,38	40,32		

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка ****хлеб,бублик

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка ****сдоба обыкновенная

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 16								
Завтрак:	Каша манная молочная с маслом сливочным	200	5,3	5,1	27,5	178	0,42	5/4
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10
	Батон с джемом	45/15	4	1,5	32,5	157	0,1	89
	ИТОГО	460	12,3	9,5	73,4	424	1,04	
10.00	Сок фруктовый в ассортименте	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед:	Щи из капусты со сметаной	200	1,5	2,5	6	53	10,85	6/2
	Гуляш из отварного мяса говядины	80	11,76	12,56	2,8	171,2	0	12/8
	Макаронные изделия отварные	150	5,3	3,8	32,4	188	0	43/3
	Компот из кураги	200	0,49	0	0,2	76,46	0	6/10
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,44	05.май	1,44	53	5,56	14/1
	ИТОГО	745	22,41	42879,22	60,04	618,52	16,41	
Уплотненный полдник	Запеканка из творога с морковью	120	16,32	14,16	15,24	255,6	0,75	13/5
	Соус молочный сладкий	50	1,24	2,35	7,42	54,85	0,19	2/11
	Кисло-молочный напиток в ассортименте**	200	5,8	6,4	8	117	4	125
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	390	24,96	23,11	40,26	475,45	4,94	
Итого за шестой день:		1695	60,67	42912,03	193,9	1603,97	26,39	

стр.267/1
Екатеринбург,2011

стр. 163/2
Екатеринбург,2011

стр. 49 Москва 2003

стр.105/1
Екатеринбург,2011

стр.63/2
Екатеринбург,2011

стр.251/1
Екатеринбург,2011

стр. 149/2
Екатеринбург,2011

стр. 47/1
Екатеринбург,2011

стр.321/1
Екатеринбург,2011

стр.171/2
Екатеринбург,2011

стр.190 Москва 2003

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет									
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 17									
Завтрак:	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200	6	5,3	30,7	195	0,42	14/4	стр.285/1
	Батон с сыром	40/10	4,99	3,25	2,39	108	0	90	Екатеринбург,2011
	Чай с лимоном	200	0,1	0	9,2	36	0,8	11/10	стр.49 Москва, 2003
	ИТОГО	450	11,09	8,55	42,29	339	1,22		стр.159/2
10-00	Фрукт в ассортименте*****	100	1	0,2	20,2	86	4		Екатеринбург,2011
Обед:	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	60	0,8	4,9	12,2	94	0,88	25/1	стр.69/1
	Рассольник домашний со сметаной	200	1,8	4,4	11	93	8,41	10/2	Екатеринбург,2011
	Картофельное пюре	150	3,1	4,2	20,6	135	10,74	3/3	стр.171/1
	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	80	11,4	11,1	5,2	166	0	14/8	Екатеринбург,2011
	Напиток из шиповника	200	0,2	0,1	16,7	65	89	15/10	стр.67/2
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0		стр.167/2
	ИТОГО	745	20,22	25,06	82,9	629,86	109,03		Екатеринбург,2011
	Уплотненный полдник	Омлет с зеленым горошком (запечённый)	150	9,93	6,93	6,37	127,5	3,18	3/6
Кондитерское изделие в ассортименте*		20	0	0	15,9	61	0		Екатеринбург,2011
Кофейный напиток с молоком		200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10	стр.163/2
Хлеб пшеничный		20	1,6	0,2	9,6	48	0		Екатеринбург,2011
ИТОГО		390	14,53	10,03	45,27	325,5	3,7		
Итого за седьмой день:		1685	46,84	43,84	190,66	1380,36	117,95		
***** яблоко, груша, банан, апельсин, * - по желанию									

***** яблоко, груша, банан, апельсин * печенье, вафли, пряник

МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 18								
Завтрак:	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200	6,5	6	31,2	206	0,42	11/4
	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	135	0,52	14/10
	Батон с маслом, сыром	40/5/9	6	7,92	16,92	164,4	0,08	4/13
	ИТОГО	454	16,4	17,42	71,02	505,4	1,02	
10.00								
	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	100	2,9	3,2	4	58,5	2	
Обед:	Салат из свежих помидоров и огурцов с зеленью	60	0,06	0,02	0,03	25,8	0	15/1
	Борщ со сметаной	200	1,7	4,3	10,3	87	8,65	2/2
	Мясо кур отварное в соусе	100	12,2	13,1	2,1	175	0,58	2/9
	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	150	8,6	6,8	37,8	250	0,9	44/3
	Компот из чернослива	200	1,43	0	51,8	206,89	0	117
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	765	26,85	24,56	119,2	795,75	10,13	
Уплотненный полдник:	Пюре из гороха со сливочным маслом	150	15,37	6,44	36,45	268	0	115
	Сосиски отварные	50	4,7	7,5	0,4	88	0	40/8
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	420	21,67	14,14	55,55	439	0	
Итого за восемнадцатый день:		1739	67,82	59,32	249,77	1798,65	13,15	

стр.279/1
Екатеринбург,2011

стр.165/2
Екатеринбург,2011

стр.237
Екатеринбург,2011

стр.49/1 Екатеринбург,
2011

стр.97/1
Екатеринбург,2011

стр.125/2
Екатеринбург,2011

стр.255/1
Екатеринбург,2011

стр.180 Пермь 2003

стр.176 Пермь 2003

стр.121/2
Екатеринбург,2011

стр.157/2
Екатеринбург,2011

стр.279/1
Екатеринбург,2011
стр.165/2
Екатеринбург,2011
стр.237
Екатеринбург,2011
стр.49/1 Екатеринбург,
2011
стр.97/1
Екатеринбург,2011
стр.125/2
Екатеринбург,2011
стр.255/1
Екатеринбург,2011
стр.180 Пермь 2003
стр.176 Пермь 2003
стр.121/2
Екатеринбург,2011
стр.157/2
Екатеринбург,2011



МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Возрастная категория: 3-7 лет								
Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 19								
Завтрак:	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200	7,4	7,9	29,5	219	0,52	стр.269/1 Екатеринбург,2011
	Чай	200	0	0	9,1	35	0	стр.157/2 Екатеринбург,2011
	Батон с маслом, сыром	40/5/9	6	7,92	16,92	164,4	0,08	стр.237 Екатеринбург,2011
	ИТОГО	454	13,4	15,82	55,52	418,4	0,6	
10.00	Сок фруктовый в ассортименте	100	1	0,2	20,2	86	4	
Обед:	Суп рыбный (на рыбных консервах)	200	0,8	0,2	0,1	121		стр.97/1 Екатеринбург,2011
	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	60	1	4	6,5	65	24,26	стр.25/1 Екатеринбург
	Биточки (котлеты) рыбные	120	16,5	2,4	9,6	126	0,76	стр.27/2 Екатеринбург,2011
	Картофельное пюре с морской капустой	150	2,6	4,1	15,5	111	8,06	стр.177/1 Екатеринбург,2011
	Напиток из клюквы	200	0,1	0	16,13	62,05	0	стр.191 Пермь 2003
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0	
	ИТОГО	785	23,92	11,06	65,03	561,91	33,08	
	Пудинг из творога с морковью	120	14,4	11,04	18,72	234	0,74	стр.331/1
Молоко сгущенное	20	1,6	1,7	11,2	66	0		
Уплотненный полдник:	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	стр. 163/2 Екатеринбург,2011
	Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0	
	ИТОГО	360	20,6	15,84	52,92	437	1,26	
Итого за девятнадцатый день:		1699	58,92	42,92	193,67	1503,31	38,94	

Утверждаю
Заведующий
детского сада №144
В.Ю. Перепелова
2017г.



МЕНЮ

Возрастная категория: 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда, г	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры	
			Б	Ж	У				
День 20									
Завтрак:	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	200	6	5,8	42,4	248	0,52	7/4	стр.271/1 Екатеринбург,2011 стр. 163/2 Екатеринбург,2011 стр.48 Москва, 2003
	Кофейный напиток с молоком	200	3	2,9	13,4	89	0,52	13/10	
	Бутерброд с маслом	40/5	2,92	5,77	1,98	135,75	0	88	
	ИТОГО	445	11,92	14,47	57,78	472,75	1,04		
10-00	Кисло-молочный напиток в ассортименте***	100	2,9	3,2	4	58,5	2	125	стр.190 Москва 2003
Обед:	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60	1,1	4,1	7,3	72	1,96	27/1	стр.73/1 Екатеринбург,2011 стр.127/1 Екатеринбург,2011 стр.123/2 Екатеринбург,2011 стр.181/1 Екатеринбург,2011 стр.149/2 Екатеринбург,2011
	Суп картофельный с бобовыми	200	4,3	4	15,9	118	4,52	17/2	
	Мясо кур отварное (порционное, без кости)	80	18,88	17,92	0,16	236,8	0,89	1/9	
	Капуста тушеная	150	3,5	2,9	13,6	94	31,3	8/3	
	Компот из изюма	200	0,17	0	0,2	75,47	0	117	
	Хлеб ржаной	55	2,92	0,36	17,2	76,86	0		
	ИТОГО	745	30,87	29,28	54,36	673,13	38,67		
	Уплотненный полдник	Мучное изделие в ассортименте****	70	5	2,6	30,4	166	0,36	
Макаронные изделия отварные с сыром	130	6,31	4,94	26,24	177,4	0,02	43-2/3		
Чай	200	0	0	9,1	35	0	10/10		
Хлеб пшеничный	20	1,6	0,2	9,6	48	0			
ИТОГО	420	12,91	7,74	75,34	426,4	0,38			
Итого за десятый день:		1710	58,6	54,69	191,48	1630,78	42,09		
Итого за весь период		35020,00	826,25	789,12	2819,9	16408	998,24		
Среднее значение за период		3,502	82,62	78,91	281,99	1640,86	99,82		

*** кефир,ацидофилин, простокваша, ряженка **** пирожки печеные из дрожжевого теста с курагой

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575838

Владелец Перепелова Вера Юрьевна

Действителен с 05.04.2021 по 05.04.2022