РАЗРАБОТАНО.	УТВЕРЖДАЮ.
ОБЩЕСТВОМ С ОГРАНИЧЕННОЙ	
ОТВЕСТВЕННОСТЬЮ«ДОНАППЕТИТ»	ЧУДО «ЦЕНТР ОБРАЗОВАНИЯ И
35 2H 11934 830 10 20 10	РАЗВИТИЯ ДЕТЕЙ «ЖАР-ПТИЦА»
Onwares Sala	The state of the s
Директор Е.Н. Лукашевич	Директор Е.Г. Шляхтурова
19.06.2025	19.06,2025
E Mondale Man	I Harris
3 Hy 10 8	
345505A	Carrie Control of the

Цикличное десятидневное меню для организации питания детей в возрасте от 3 до 7 лет.

Режим работы образовательного учреждения: 12 часа.

Прием пищи,	Macca	Пил	щевые в	ещества	Энергетическая	Сборник	
наименование блюда	порции,		•		ценность,	p	ецептур
	гр	Белки	Жиры	Углеводы	Ккал	ТК	Год
						№	издания
			1 де	НР			
		,	3ABT	РАК			
Омлет натуральный	150	5,40	21,00	22,90	149,00	214	2008
Бутерброд с сыром	20	1,50	0,60	10,30	52,40	012	(
Какао с молоком	180	2,80	2,40	12,70	84,00	028	
Итого за прием	350	21,2	26,7	48,9	325,9		
пищи		,	,	,	,		
			2 3AB	ГРАК			
Фрукты свежие	100	1,50	0.50	21,00	96,00	020	
(яблоко)		ĺ			,		
Йогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Упаковке Nemoloko		,	,	7	, , , , , , , , , , , , , , , , , , , ,		
Итого за прием	230	1,50	0.50	21,00	96,00		
пищи		,		,	,		
			ОБ	ЕД	8		***************************************
Суп картофельный с	180	3,60	4,50	20,0	167,00	81	2012
горохом и гренками			ĺ	,	,		
Котлета рубленая из	70	4,1	2,75	20,9	120,20	305	2012
птицы					5		
Рис отварной	130	1,84	0,10	28,50	75,20	338	2008
Овощи по сезону	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
(свежий огурец)							
Хлеб ржано-	20	1,3	0,20	8,50	40,80	007	8
пшеничный	9						
обогащенный			×				
Компот из изюма	180	0,40	0	38,67	169,25	045	
Итого за прием	630	12,24	7,55	85,57	572,45		
пищи							
			УЖІ	ИН			
Кондитерские	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	

изделия (печенье/	T	T	T		T	T	
вафли)					2	=	
Сок «Сады	125	0.12	0.12	20.00	1/0.04	020	
Придонья» 0,125л	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
	50	0.20	-	0.00	(=0		
Салат «Икра кабачковая»	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
	50	(10	11.00	10.00			
Гуляш из отварного	70	6,10	11,30	19,00	196,80	277	2012
Мяса	120	7.00	7.00	10.00			
Каша гречневая	130	7,20	5,90	43,00	248,00	181	2008
рассыпчатая	400						
Чай с лимоном	180	0,12	0	8.52	36,00	038	
Батон обогащенный	20	1,50	0,60	10,30	52,40	012	
Итого за прием	450	14,30	17,80	81,7	539,70		
пищи							
Всего за день	1950,00	54.66	65,82	265,65	1813,14		
		~~~	2 де				-
TC		T	3ABT			-	
Каша пшенная	150	5,70	2,70	33,70	232,00	189	2008
молочная							
Бутерброд с сыром	30	1,70	2,90	7,30	69,00	2	2012
Чай с сахаром	180	0	0	7,00	28,00	392	2012
Итого за прием	360	7,4	5,6	48,00	329,00		
пищи							
<u>.</u>			2 3AB	ГРАК	•		
Йогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	4
Упаковке Nemoloko	:				5		(8)
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	21,50	44,20	010	2
(апельсин)							
Итого за прием	230	1,52	0,4	16,2	72,00		
nuuţu	***************************************				0		
			ОБ				
Борщ с капустой и	180	5,60	8,30	10,30	143,00	057	2012
картофелем,			200	¥			
говядиной и	a ³¹						
сметаной					-		
Котлета куриная	80	8,02	6,03	18,32	138.5		
Картофель	130	2,70	4,60	17,50	119,40	335	2008
запеченный							
Салат «Овощной»	50	0,38	0	0,88	6,50	017	V-1-1
Хлеб ржано-	15	1,00	0,12	6,40	38,00	003	
пшеничный							
обогащенный	100	0.60	0.04				
Напиток из плодов	180	0,60	0,24	22,00	93,00	441	2008
Шиповника	(25	10.22	20.22	75.50	400.6		
Итого за прием	635	18,22	20,29	75,72	408,2		
nuuţu			TINTOT	<b>711</b>			
V on Marrie 2 co marrie 2	25	266	УЖІ		4.44.80	040	
Коржик молочный	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	<del></del>
Сок «Сады	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Придонья» 0,125л	100	0.70	16.10	<b>7</b> 00	474.60	0.0	0015
Курочка запеченная	100	8,50	16,10	7,90	161,30	263	2012

,						×	
	T			T:	T		· · · · · · · · · · · · · · · · · · ·
под сметано-					,		
томатном соусом	100			10		<del>                                     </del>	
Макароны отварные	130	6,58	3,90	48	145,10	344	2012
Салат	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
«Витаминный»							
Хлеб ржано-	20	0	0	7,00	28,00	392	2012
пшеничный							,
обогащенный	100						***
Чай с сахаром	180	0	0	7,00	28,00	392	2012
Всего за день	1850	61,03	60,46	268,65	1862,30		•
		·	3 д				
N /				ГРАК			
Макароны отварные	150	5,07	6,80	67,90	265,00	189	2008
со сливочным					DEC.		
маслом, сладкие	30	4 500	6.00				
Бутерброд с сыром	30	1,70	2,90	7,30	69,00	2	2012
Чай с сахаром	180	0	0	7,00	28,00	392	2012
Итого за прием	360	6,77	9,70	42,20	302,00	5	
пищи			2240	TDATC			
Фрукты свежие	100	0,40	2 3AB 0,40		44.20	010	
(яблоко)	100	0,40	0,40	21,50	44,20	010	
Йогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	*
Упаковке Nemoloko	123	0,12	0,12	30,00	109,04	039	
Итого за прием	230	0,40	0,40	21,50	44,20	010	
пищи		0,10	0,10	21,50	44,20	010	
/	¥	-	ОБ	 ЕЛ			
Рассольник со	180	1,50	3,70	9,90	81,60	89	2008
сметаной		,	,	- ,	2,00		2000
Запеканка	200/20	8,70	13,00	29,80	335,80	291	2012
картофельная с			,	,	,	354	2012
МЯСОМ							
Овощи по сезону	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
свежий помидор)				v	,		
Хлеб ржано-	15	1,00	0,12	6,40	38,00	003	
ішеничный		2		_		,	
богащенный				L.			
Сомпот из	180	0,36	0	38,67	169,25	044	
ухофруктов		,			***************************************		
Итого за прием	645	10,06	22,92	137,67	681,15		
пищи							
COLUMNICADOMANA	25	2.66	УЖІ		111 70	040	
Сондитерские зделия (печенье/	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	
афли)							
Сок «Сады	125	0,12	0,12	20 (0	160.04	020	
Гридонья» 0,125л	143	0,12	0,14	38,60	169,84	039	
Макаронник с мясом	200/30	7,1	11,20	38,50	263,00	208	2012
Салат «Овощной»	50	0,38	0	0,88	6,50	017	4014
	50	0,50	U	0,00	0,50	01/	
батон обогащенный	20	1,50	0,60	10,30	52,40	012	

Напиток лимонный	180	0,10	0	15,00	62,90	049	
Итого за прием	490	10,82	15,30	61,38	394,40		
пищи				,			
Всего за день	1860	62,22	60,16	336,63	1812,82		
·		<del></del>	4 де				WE Array - The State of the Sta
1 8			3ABT				
Суп молочный с	155	17,00	15,00	22,80	300,00	230	2011
макаронными							
изделиями							
Бутерброд с сыром	30	1,70	2,90	7,30	69,00	2	2012
Какао с молоком	180	3,80	3,20	15,60	107,00	043	
Итого за прием	365	12,10	12,00	58,30	408,70		
пищи					,		
			2 3AB	ГРАК			
Йогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Упаковке Nemoloko					2 78.6 %	vi -	
Фрукты свежие	100	0,40	0,40	21,50	44,20	010	×
(яблоко)		ļ			2 = = = = = = = = = = = = = = = = = = =	3	
Итого за прием	260	1,8	0,4	16,2	72,00		
пищи					1 1		
r	100		ОБІ				
Бульон куриный с	180	5,50	4,50	4,0	156,50	76	2012
лапшой прозрачный							
с гренками Оладьи из печени по-	70	0.10	10.40	25.00	100		
кунцевски	70	8,10	10,40	35,30	180,00	268	2012
Соус сметанный	50						
Пюре картофельное	130	0,38	0	0.00	( 50		
Овощи по сезону	50	1,00		0,88	6,50	017	****
(свежий огурец)	30	1,00	0,12	6,40	31,00	003	
Хлеб ржано-	20	0,4	0	38,67	169,25	0.40	
пшеничный	20	0,4	•	30,07	109,25	048	
обогащенный			8				
Компот из	180	15,7	15,62	72,37	601,15		
сухофруктов		120,1	10,02	72,57	001,13		
		ــــــــــــــــــــــــــــــــــــــ	УЖИ	[H			
Кондитерские	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	
изделия (печенье/				,			
вафли)				0	**		
Сок «Сады	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	R)
Придонья» 0,125л					N		
Салат «Икра	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
кабачковая»	000	45.00	10 =:				
Кнели куриные с	200	15,00	18,50	33,50	204,00	304	2012
рисом	20	1.2	0.00	0.80	10.55		,
Хлеб ржано- пшеничный	20	1,3	0,20	8,50	40,80	007	
обогащенный			2,81	.0			
Чай с сахаром	180	0	0	7.00	20.00	202	2012
<u>Итого за прием</u>	450			7,00	28,00	392	2012
хиного за прием	430	26,68	18,70	63,06	319,70		

пищи	S	-	T				
Всего за день	1910	54,9	62,52	232,49	1749,05	,	
			5 д				
	-			ГРАК		······································	
Омлет натуральный	150	5,40	21,00	22,90	149,00	214	2008
Бутерброд с сыром	20	1,50	0,60	10,30	52,40	012	2000
Чай с сахаром	180	0	0	7,00	28,00	392	2012
Итого за прием	350	8,40	12,60	38,70	308,00	0,2	2012
пищи		,	,		000,000		
			2 3AB	ТРАК			
Фрукты свежие	100	1,50	0.50	21,00	96,00	020	
(апельсин)				,	,		
Йогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Упаковке Nemoloko					2		
Итого за прием	230	1,50	0.50	21,00	96,00		
пищи							
~			ОБ				
Суп картофельный с	180	5,0	7,70	39,00	146,00	85	2012
клецками, говядиной							
и зеленью петрушки							
Котлета рубленая	<b>70</b>	12,10	8,90	43,80	355,00	294	2012
куриная							
Гречка отварная	130				•		
Соус томатный	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
Овощи по сезону	50	1,00	0,12	6,40	31,00	003	
(соленый огурец)							
Хлеб ржано-	20	6,20	2,70	4,70	171,00		
пшеничный				-			
обогащенный	100						
Напиток	180	19,30	19,42	93,90	703,00		
витаминизированный							
[/ a	25	0.66	УЖІ			T	
Кондитерские	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	
изделия (печенье/							
вафли) Сок «Сады	105	0.10	0.10	20.60	1.60.01		
Придонья» 0,125л	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Компот из яблок с	180	0.12	0.12	20.60	4.60.04		
тимоном	100	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Жаркое по-	170	9,80	18,70	38,90	220.20	276	2012
цомашнему	170	7,00	10,70	30,90	220,30	276	2012
Салат	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
«Витаминный»	50	0,50	•	0,00	0,50	017	
Клеб ржано-	20	1,3	0,20	8,50	40,80	007	
ішеничный			·, <b>-</b> ·	3,00	10,00	007	
обогащенный				,			
Всего за день	1850	46,86	68,71	287,81	1822,88		
			6 ден				
2 4			3ABTI		и .		
Саша манная жидкая	150	5,70	2,70	33,70	232,00	189	2008
сахаром				,			

Γ	20	201	1.10	<b>7</b> 00	(0.00	1 2 1	
Бутерброд с маслом	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
Чай с сахаром	180	0	0	7,00	28,00	392	2012
Итого за прием	360	6,04	12,40	49,00	334,40	2	
пищи							
<del>•</del>			2 3AB	ТРАК	v		
Йогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Упаковке Nemoloko							
Фрукты свежие	100	1,50	0.50	21,00	96,00	020	
(яблоко)							
Итого за прием	260	1,8	0,4	16,2	72,00		
nuщu							
			ОБ		9	0	
Суп картофельный с	180	1,50	2,40	12,50	190,00	84	2012
мясными				20 ES	- 8		
фрикадельками				-	1		
Рыбные зразы	100	8,50	16,10	7,90	161,30	263	2012
Картофельное пюре	130	2,70	4,60	17.50	119,40	335	2008
Овощи по сезону	50	0,38	0	0,88	6,50	017	, , , , , , , , , , , , , , , , , , ,
(свежие помидоры)							
Хлеб ржано-	15	1,00	0,12	6,40	31,00	003	
пшеничный							
обогащенный							
Напиток из	180	0,60	0,24	22,99	93,00	441	2008
шиповника							
Итого за прием	655	10,6	8,16	110,39	569,2		
nuųu		,					
TC y		1 2	УЖІ		T		
Коржик молочный	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	
Сок «Сады	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Придонья» 0,125л	=0						
Котлета рубленая из	70	4,1	2,75	20,9	120,20	305	2012
ІІТИЦЫ	400	1.01					
Рис отварной	130	1,84	0,10	28,50	75,20	338	2008
Салат	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
«Витаминный»	20	1 70	0.60	40.00			
Батон обогащенный	20	1,50	0,60	10,30	52,40	012	
Чай с лимоном	180	0,12	0	8.52	36,00	038	***************************************
Всего за день		57,17	61,63	261,88	1770.04		
	8 35		7 деі				
Каша гречневая	150	5,07	3ABTI		0/5 00	100	2000
Бутерброд с сыром	30	-	6,80	67,90	265,00	189	2008
Какао с молоком	180	1,70	2,90	7,30	69,00	2	2012
Итого за прием	360	2,80 15,70	2,40	12,70	84,00	028	
пищи	300	13,70	11,08	71,82	448,64		
пищи			2 3ABT	DAK			
Фрукты свежие	100	1,50	0.50		06.00	020	
апельсин)	100	1,30	0.50	21,00	96,00	020	
Иогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	020	
Упаковке Nemoloko	143	0,12	0,12	30,00	107,04	039	
I HANDONG INC. HILLIER							

пищи			3				Jk
			ОБ	ЕД	<del></del>	2 2 2	
Рассольник со	180	1,50	3,70	9,90	81,60	89	2008
сметаной	200	1,00	3,70	7,50	01,00	0)	2000
Тефтели по-	80	8,02	6,03	18,32	138.5	310	2012
домашнему	00	0,02	0,03	10,52	130.3	350	2012
Макароны отварные	130	4,00	3,40	29,40	135,80	205	2012
Овощи по сезону	50	0,38	0	0,88	6,50	017	2012
(свежий огурец)		0,50		0,00	0,50	017	
Хлеб ржано-	15	1,00	0,12	6,40	31,00	003	
пшеничный		1,00	0,12	0,10	31,00	003	
обогащенный							
Компот из	180	0,40	0	38,67	169,00	045	
сухофруктов		,,,,		20,07	100,00	045	
Итого за прием	635	17,90	12,92	115,77	637,90		
nuuţu		,		110,77	057,50	21	
	3		УЖ	ИН			
Кондитерские	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	
изделия (печенье/		1	, , , , , ,		- ; ,,. ;	010	
вафли)							
Сок «Сады	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Придонья» 0,125л			-	- 7	,		
Котлета мясная	70	5,50	12,60	10,20	104,00	282	2012
рубленная (говядина)			,				
Картофельное пюре	130	2,40	5,60	15,60	161,80	324	2012
Салат «Икра	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
кабачковая»						a a	
Хлеб ржано-	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
пшеничный							
обогащенный					3		
Батон обогащенный	20	1,50	0,60	10,30	52,40	012	
Чай с сахаром	430	12,44	22,50	48.30	396,60		
Всего за день	1890	58,20	61,56	259,84	1841,54		
***			8 де	нь			
			3ABT	РАК			***************************************
Каша молочная	150	15,40	21,00	22,90	149,00	214	2008
еркулесовая				**	* , 1		
Бутерброд с сыром	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
Най с лимоном	180	0,12	0	8.52	36,00	038	
Итого за прием	360	20,26	27,80	41,42	287,50		
пищи					5, 4		
*	100	T . = . T	2 3ABT				
Фрукты свежие	100	1,50	0.50	21,00	96,00	929	
яблоко)	107	0.15	0.15	20.50			
Иогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Упаковке Nemoloko	260	1.0	0.4	160	<b>WA OC</b>		
Итого за прием	260	1,8	0,4	16,2	72,00		
пищи			OFF	NTF.			
III un anaway	100	<i>F =</i> 1	OFF	<del></del>	15000	C 867	0045
Ци из свежей	180	5,5	18,20	17,40	156,90	67	2012
апусты с							

			2	а	e e		ſ
1							
картофелем,		<b>T</b>	T		,		
сметаной, зеленью				-			
петрушки					*		
Азу из говядины	70	7,92	7,84	7.2	153.00		
Гречка отварная	130			7,2	173,00	34	2012
Овощи по сезону	50	1,84 0,38	0,10	8,50	75,20	338	2008
(соленый огурец)	30	0,38	0	0,88	6,50	017	
Хлеб ржано-	20	1,30	0,20	9.50	40.00		
пшеничный		1,50	0,20	8,50	40,80	007	
обогащенный							
Компот из	180	0,36	0	38,67	1(0.05		
сухофруктов	100	0,50	U	30,07	169,25	044	
Итого за прием	630	26,92	16,34	80,27	(1/ 25		
пищи	000	20,52	10,54	00,27	614,25		
,			УЖ	ИН			
Кондитерские	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	
изделия (печенье/			-,	11,00	144,70	010	
вафли)							
Сок «Сады	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Придонья» 0,125л				, , , ,	105,0	037	
Салат «Овощной»	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
Оладьи из печени по-	70	8,10	10,40	35,30	180,00	268	2012
кунцевски					,		
Соус сметанный	50						
Рис отварной	130	1,30	0,20	8,50	40,80	007.	
Хлеб ржано-	20	0	0	68,40	68,40	046	
пшеничный							
обогащенный	120	10.11					
Чай с сахаром	430	12,44	22,50	48.30	396,60		2
Всего за день	1820	54,66	63,03	260.8	1820,43		
			9 де				
Каша из пшена и	150	6,20	3ABT		224.00	100	
риса молочная	130	0,20	10,0	26,80	224,00	190	2008
жидкая «Дружба»							
Бутерброд с джемом	30	1,70	2,90	7,30	69,00	1	2012
Какао с молоком	180	3,80	3,20	15,60	107,00	043	2012
Итого за прием	360	11,4	15,30	58,20	399,00	043	
пищи			,- ,-	00,20	377,00		
			2 3ABT	РАК			
Фрукты свежие	100	1,50	0.50	21,00	96,00	020	
(апельсин)					,		
Йогурт в инд.	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Упаковке Nemoloko	220	0.10					
Итого за прием	230	0,40	0,40	9,90	44,20		
пищи			OFF	1 THE			
Суп Крестьянский со	180	6.00	ОБЕ		450.40	T	
сметаной на мясном	100	6,00	14,40	16,00	158,10	77	2012
бульоне			-		v		
Котлета куриная	70	6,58	3,16	22,52	169,12		
1	, ,	0,00	2,10	44,34	109,12		

				7/	·		
Картофель запеченный	130	2,70	14,60	17,50	119,40	335	2008
Салат «Овощной»	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
Хлеб ржано-	15	1,00	0,12	6,40	31,00	003	***************************************
пшеничный			0,12	0,10	31,00	005	
обогащенный				24			
Напиток	180	6,20	2,70	4,70	171,00		
витаминизированный		,		1,70	171,00		
Итого за прием пищи	625	22,48	34,98	67,12	648,62		The state of the s
\			УЖ	ин			
Кондитерские	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	
изделия (печенье/		2,00	3,11	41,00	144,70	010	
вафли)							
Сок «Сады	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Придонья» 0,125л		,,,,,	0,12	30,00	102,04	037	
Гуляш из говядины	70	3,40	3,10	23,10	177,00	129	2008
Макароны отварные	130	2,70	4,60	17,50	119,40	335	2008
Салат	50	0,38	0	0,88	6,50	017	2000
«Витаминный»	see usi	,,,,,,		3,00	0,50	\ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \ \	
Батон обогащенный	20	1,50	0,60	10,30	52,40	012	
Хлеб ржано-	20	6,20	6,12	51,80	339,90	7	***************************************
пшеничный			,	, , ,	,		
обогащенный							
Напиток лимонный	180	0,10	0	15,00	62,90	049	
Всего за день	×	55,92	64,52	242,53	1753,32		
			10 д				
			3ABT			3	
Каша манная жидкая	155	17,00	15,00	22,80	300,00	230	2011
с сахаром					2000 000		
Бутерброд с сыром	30	1,70	2,90	7,30	69,00	2	2012
Чай с сахаром	180	0	0	7,00	28,00	392	2012
Итого за прием	365	8,04	8,62	42,86	312,66		
пищи	*			,			
			2 3ABT	РАК			
Фрукты свежие (яблоко)	100	1,50	0.50	21,00	96,00	020	u 2
Йогурт в инд. Упаковке Nemoloko	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Итого за прием пищи	230	1,8	0,4	16,2	72,00		
			ОБЕ	2Л	,		
Суп рыбный из	180	3,0	4,40	26,0	178,10	77	2012
консервов	- 0- 000 - 0- 000		2,10	,,,	1,0,10	''	au V 1. id
Котлеты рыбные	70	3,99	5,8	19,97	120,62		
Пюре картофельное	130	2,70	4,60	17,50	119,40	335	2008
Овощи по сезону	50	0,38	0	0,88	6,50	017	
(свежий огурец)							
Хлеб ржано-	20	1,3	0,20	8,50	40,80	007	
пшеничный				S .	•		
обогащенный			-				

Компот из	180	0,4	0,12	38,62	169,25	048	
сухофруктов							
Итого за прием	630	11,39	14,84	110,64	628,17		
пищи			- 1,0 1	110,01	020,17		
			УЖ	ИН			~
Коржик молочный	35	2,66	5,44	41,68	144,78	018	
Сок «Сады	125	0,12	0,12	38,60	169,84	039	
Придонья» 0,125л		'	- ,	20,00	107,07	0.57	
Бефстроганов из	70	9,80	16,10	32,90	183,00	298	2012
отварного мяса		, , , ,	- 5,25	22,50	105,00	490	2012
Макароны отварные	130	2,70	4,60	17,50	119,40	335	2008
Салат «Икра	50	0,38	0	0,88	6,50	017	2000
кабачковая»				5,55	0,50	017	
Хлеб ржано-	30	3,24	4,10	7,00	62,00	1	2012
пшеничный			,	.,,,	02,00	1	2012
обогащенный			:				
Батон обогащенный	20	1,50	0,60	10,30	52,40	012	
Чай с лимоном	180	0,12	0	8.52	36,90	038	
Всего за день	1850	56,07	59,53	284.09	1762,43	0.50	-
НОРМА В ДЕНЬ	1700	54	60	261	1800		