

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ № 16
ИИИ
2344012256
« 09 » 09

МБДОУ № 16

« 09 » 07 20 13 г

для организации питания детей от 3 до 7 лет
с десятичасовым пребыванием
в МБДОУ № 16

Сезон: зимне-весенний

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	200	3,10	2,72	15,08	97,54	0,68	404
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0,16	
ЗАВТРАК	Кофейный напиток	180	2,77	2,43	11,68	80,32	1,17	395
ЗАВТРАК	Пряники	48	5,12	2,99	82,88	358,19	0,705	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			464	13,37	8,57	121,66	598,69	1,85
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	10,3	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,40	0,40	9,80	47	10
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	200	1,60	5,72	7,68	89,38	24,62	67
ОБЕД	Рагу овощное	150	2,60	3,96	16,12	111,48	29,365	344
ОБЕД	Биточки из рыбы	80	15,48	3,12	9,85	129,81	0,592	272
ОБЕД	Икра морковная	60	2,07	6,78	11,27	116,03	13,374	54,1
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,1а	
ОБЕД	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	11,50	48,82	3,6	372
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			725	26,07	20,16	83,48	624,77	71,541
ПОЛДНИК	Оладьи	120	9,49	9,52	52,61	339,25	1,296	449
ПОЛДНИК	Молоко стуженное	25	7,20	8,50	55,50	328	1	400/1
ПОЛДНИК	Ряженка	180	2,90	2,50	4,19	54	0,306	402
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			325	19,59	20,52	112,30	721,25	2,602
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1614	59,43	49,65	327,24	1991,71	85,993
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1614	59,43	49,65	327,24	1991,71	85,993
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1614	59,43	49,65	327,24	1991,71	85,993
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			11,94	22,44	65,72	1991,71	17,27	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 2								
ЗАВТРАК	Запеканка из творога	170	25,59	20,01	24,07	487,32	0,629	237
ЗАВТРАК	Молоко стуженное	25	7,20	8,50	55,50	328	1,400	1
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0,16	
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	180	0,23	0,05	7,99	34,33	2,394	393
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		411	35,40	28,99	99,58	912,29	4,023	
ЗАВТРАК 2	Сок промышленного производства	150	0,61	0,12	19,65	82,5	0,2	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,61	0,12	19,65	82,5	0	
ОБЕД	Свекольник	200	1,72	3,34	11,10	81,96	12,98	65
ОБЕД	Жаркое по-домашнему	220	23,34	21,32	20,44	366,94	11,616	276
ОБЕД	Салат из капусты белокочанной квашеной	60	0,96	5,05	1,95	58,57	15,18	201
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,1а	
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	180	0,07	0,00	11,21	44,3	0,376	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		715	30,27	30,15	71,76	681,02	39,776	
ПОЛДНИК	Сдоба "Детская"	52	0,00	0,00	0,00	0	0,706	
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,2	2,34	400
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		232	5,22	4,50	8,64	97,2	2,34	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1508	71,50	63,76	199,63	1773,01	46,139	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1508	71,50	63,76	199,63	1773,01	46,139	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1508	71,50	63,76	199,63	1773,01	46,139	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			16,13	32,37	45,04	1773,01	10,41	

Категория: Дети 3-7 лет

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 3								
ЗАВТРАК	Омлет обычный	150	13,54	19,08	3,60	240,58	0,75	228
ЗАВТРАК	Салат из горошка зеленого консервированного	60	13,15	2,53	30,43	189,52	0	10
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0	16
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,18	0,05	7,81	32,36	0,09	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		426	29,25	22,09	53,86	525,1	0,84	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	10	3
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	0,40	0,40	9,80	47	10	
ОБЕД	Борщ вегетарианский (мелкошинкованный)	200	1,56	4,18	9,34	81,6	16,68	59
ОБЕД	Речневая каша	150	7,36	4,53	38,10	230,36	0	313
ОБЕД	Шницель мясной	80	18,17	17,51	11,03	274,31	0,296	282
ОБЕД	Соус красный основной	30	1,37	1,96	9,87	63,54	6,429	358
ОБЕД	Салат из соевых огурцов	60	0,85	5,10	2,59	61,5	5,502	15
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0	1а
ОБЕД	Сок промышленного производства	150	0,61	0,12	19,65	82,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		725	34,10	33,84	117,64	923,06	28,907	
ПОЛДНИК	Запеканка рисовая с яблоками	100	1,79	2,02	18,97	101,78	1,6	422
ПОЛДНИК	Печенье	46	3,45	5,43	34,45	191,87	0	704
ПОЛДНИК	Кофейный напиток	180	2,77	2,43	11,68	80,32	1,17	395
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		326	8,01	9,88	65,10	373,97	2,77	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1577	71,76	66,21	246,40	1869,13	42,517	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1577	71,76	66,21	246,40	1869,13	42,517	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за Выбранные дни в % от калорийности			15,36	31,88	52,73	1869,13	9,1	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	6,86	7,00	31,72	217,94	1,4	94
ЗАВТРАК	Сыр порционный	15	23,20	29,50	0,00	364	0,701	17
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0	16
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,19	2,61	12,35	86,62	1,17	397
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		431	35,63	39,54	56,09	731,2	3,271	
ЗАВТРАК 2	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,40	5,00	21,60	158	1,8	404
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		200	5,40	5,00	21,60	158	1,8	
ОБЕД	Суп из овощей	200	2,82	3,44	12,04	90	16,62	78
ОБЕД	Плов из птицы	200	16,08	17,68	14,84	284,92	0,76	304
ОБЕД	Икра свекольная	60	1,33	4,07	7,61	72,77	10,272	54
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0	1а
ОБЕД	Напиток из шиповника	180	0,16	0,07	6,55	28,19	64,998	373
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		695	24,57	25,70	68,10	605,13	92,65	
ПОЛДНИК	Сырники	100	14,67	13,64	19,17	320,31	0,1	231
ПОЛДНИК	Молоко стуженное	25	7,20	8,50	55,50	328	1	356
ПОЛДНИК	Сок промышленного производства	150	0,61	0,12	19,65	82,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		275	22,48	22,26	94,32	730,81	1,1	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1601	88,08	92,50	240,11	2225,14	98,821	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1601	88,08	92,50	240,11	2225,14	98,821	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1601	88,08	92,50	240,11	2225,14	98,821	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			15,83	37,41	43,16	2225,14	17,76	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 5								
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,88	5,08	20,80	153,22		
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	1,82	93
ЗАВТРАК	Печенье	46	3,45	5,43	34,45	191,87	0	16
ЗАВТРАК	Кофейный напиток	180	2,77	2,43	11,68	80,32	0	704
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		462	14,48	13,37	78,95	488,05	1,17	395
ЗАВТРАК 2	Бананы свежие	90	1,35	0,45	18,90	86,4	2,99	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		90	1,35	0,45	18,90	86,4		9,4
ОБЕД	Рассольник ленинградский	200	1,20	1,74	7,36	49,72	9	
ОБЕД	Печень говяжья по - строгановски	80	27,13	19,60	9,80	325,97		6,8
ОБЕД	Пюре картофельное	150	3,29	4,14	22,03	138,98		48
ОБЕД	Салат из соленных огурцов	60	0,85	5,10	2,59	61,5		656
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25		294
ОБЕД	Кисель из повидла	180	0,00	0,00	8,68	34,7		15
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		725	36,65	31,02	77,52	740,12		502
ПОЛДНИК	Пирожки с повидлом	60	6,25	6,40	36,71	232,92	86,848	
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,40	5,00	21,60	158	0,444	454
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		260	11,65	11,40	58,31	390,92		1,8
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1537	64,13	56,24	233,68	1705,49		2,244
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1537	64,13	56,24	233,68	1705,49		101,082
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1537	64,13	56,24	233,68	1705,49		101,082
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			15,04	29,68	54,81	1705,49	23,71	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша манная молочная	200	3,10	2,72	15,08	97,54	0,68	404
ЗАВТРАК	Сыр порционный	15	23,20	29,50	0,00	364	0,701	17
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0,16	
ЗАВТРАК	Кофейный напиток	180	2,77	2,43	11,68	80,32	1,17	395
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			431	31,45	35,08	38,78	604,5	2,551
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	10,3	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			100	0,40	0,40	9,80	47	10
ОБЕД	Суп крестьянский с крупой	200	1,24	1,68	5,84	43,16	8,22	80
ОБЕД	Макаронные изделия отварные с маслом	150	5,80	3,52	35,56	197,08	0,205	
ОБЕД	Гуляш из говядины	70	19,31	17,84	4,37	255,49	4,802	277
ОБЕД	Икра морковная	60	2,07	6,78	11,27	116,03	13,374	54,1
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,1а	
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	180	0,07	0,00	11,21	44,3	0,376	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			715	32,67	30,26	95,31	785,31	26,396
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,88	5,08	20,80	153,22	1,82	93
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,1а	
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	180	0,23	0,05	7,99	34,33	2,394	393
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:			435	10,29	5,57	55,85	316,8	4,214
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:			1681	74,81	71,31	199,74	1753,61	43,161
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:			1681	74,81	71,31	199,74	1753,61	43,161
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:			1681	74,81	71,31	199,74	1753,61	43,161
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			17,06	36,60	45,56	1753,61	9,85	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	200	5,32	5,42	31,98	198,78	1,38	185,1
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0,16	
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,19	2,61	12,35	86,62	1,17	397
ЗАВТРАК	Печенье	46	3,45	5,43	34,45	191,87	0,704	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		462	14,34	13,89	90,80	539,91	2,55	
ЗАВТРАК 2	Сок промышленного производства	150	0,61	0,12	19,65	82,5	0,2	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,61	0,12	19,65	82,5	0	
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем	200	0,76	1,66	4,12	34,64	8,1	62
ОБЕД	Пюре картофельное	150	3,29	4,14	22,03	138,98	25,89	321
ОБЕД	Тефтели из говядины с рисом	80	13,42	12,71	12,38	217,92	1,912	287
ОБЕД	Соус красный основной	30	1,37	1,96	9,87	63,54	6,429	358
ОБЕД	Икра свекольная	60	1,33	4,07	7,61	72,77	10,272	54
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,1а	
ОБЕД	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	11,50	48,82	3,6	372
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		755	24,49	25,12	94,57	705,92	56,203	
ПОЛДНИК	Вареники ленивые	100	12,16	10,45	13,93	249,32	0,06	229
ПОЛДНИК	Яйца вареные	40	12,70	11,50	0,70	157	0,213	
ПОЛДНИК	Ряженка	180	2,90	2,50	4,19	54	0,306	402
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		320	27,76	24,45	18,82	460,32	0,366	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1687	67,20	63,58	223,84	1788,65	59,119	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1687	67,20	63,58	223,84	1788,65	59,119	
Содержание белков, жиров, углеводов в Меню за выбранные дни в % от калорийности			15,03	31,99	50,06	1788,65	13,22	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
ЗАВТРАК	Пудинг творожный запеченный	170	20,91	16,25	27,74	425,7	0,017	236
ЗАВТРАК	Молоко стученное	25	7,20	8,50	55,50	328	1	400/1
ЗАВТРАК	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,1а	
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	180	0,18	0,05	7,81	32,36	0,09	392
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		430	32,47	25,24	118,11	915,31	1,107	
ЗАВТРАК 2	Яблоки свежие	100	0,40	0,40	9,80	47	10,3	
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		100	0,40	0,40	9,80	47	10	
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	200	2,40	1,14	7,92	51,64	4,8	81
ОБЕД	Рагу овощное	150	2,60	3,96	16,12	111,48	29,355	344
ОБЕД	Котлета рыбная любительская	80	13,39	5,13	6,54	126,48	2,264	256
ОБЕД	Орурцы соленные	60	0,48	0,06	1,02	7,8	3	16
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0,1а	
ОБЕД	Кисель из повидла	180	0,00	0,00	8,68	34,7	0	380
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		725	23,05	10,73	67,34	461,35	39,419	
ПОЛДНИК	Суфле картофельно- морковное "розовое"	100	3,37	4,39	13,67	108,31	13,76	153
ПОЛДНИК	Икра кабачковая ,Консервы	60	0,00	0,00	0,00	0	0	53,1
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0	16
ПОЛДНИК	Сок промышленного производства	150	0,61	0,12	19,65	82,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		346	6,36	4,94	45,34	253,45	13,76	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1601	62,28	41,31	240,59	1677,11	64,286	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1601	62,28	41,31	240,59	1677,11	64,286	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1601	62,28	41,31	240,59	1677,11	64,286	
Содержание белков, жиров, углеводов в Меню за								
Выбранные дни в % от калорийности								
			14,85	22,17	57,38	1677,11	15,33	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 9								
ЗАВТРАК	Омлет обычный	150	13,54	19,08	3,60	240,58	0,75	228
ЗАВТРАК	Икра кабачковая, Консервы	60	0,00	0,00	0,00	0	0,53	1
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0	16
ЗАВТРАК	Кофейный напиток	180	2,77	2,43	11,68	80,32	1,17	395
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		426	18,69	21,94	27,30	383,54	1,92	
ЗАВТРАК 2	Сок промышленного производства	150	0,61	0,12	19,65	82,5	0	2
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		150	0,61	0,12	19,65			
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,60	1,70	18,32	99,4	13,6	82
ОБЕД	Перловая каша	150	6,02	3,78	42,92	229,89	0	313 3
ОБЕД	Суфле из цыплят	70	21,73	23,28	2,74	310,38	0,217	310
ОБЕД	Салат из белокочанной капусты	60	1,61	5,08	9,67	91,97	36,666	20
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0	1а
ОБЕД	Напиток из шиповника	180	0,16	0,07	6,55	28,19	64,998	373
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		715	36,30	34,35	107,26	889,08	115,481	
ПОЛДНИК	Запеканка морковная с творогом	110	7,22	9,51	11,86	182,45	4,51	154
ПОЛДНИК	Молоко стуженное	25	7,20	8,50	55,50	328	1	400/1
ПОЛДНИК	Молоко кипяченое	180	5,22	4,50	8,64	97,2	2,34	400
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		315	19,64	22,51	76,00	607,65	7,85	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1606	75,24	78,92	230,21	1962,77	125,251	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1606	75,24	78,92	230,21	1962,77	125,251	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1606	75,24	78,92	230,21	1962,77	125,251	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			15,33	36,19	46,92	1962,77	25,53	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	200	6,86	7,00	31,72	217,94	1,4	94
ЗАВТРАК	Хлеб ржаной	36	2,38	0,43	12,02	62,64	0	16
ЗАВТРАК	Сыр порционный	15	23,20	29,50	0,00	364	0,701	17
ЗАВТРАК	Чай с лимоном	180	0,23	0,05	7,99	34,33	2,394	393
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		431	32,67	36,98	51,73	678,91	4,495	
ЗАВТРАК 2	Бананы свежие	90	1,35	0,45	18,90	86,4	9	4
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		90	1,35	0,45	18,90	86,4	9	
ОБЕД	Суп картофельный с рыбой	200	8,86	3,16	15,88	127,96	19,42	84
ОБЕД	Оладьи из печени, запеченные под сметаным соусом	80	19,24	10,74	13,70	230,33	31,832	284
ОБЕД	Пюре картофельное	150	3,29	4,14	22,03	138,98	25,89	321
ОБЕД	Салат из капусты белокачанной квашеной	60	0,96	5,05	1,95	58,57	15,18	201
ОБЕД	Хлеб пшеничный	55	4,18	0,44	27,06	129,25	0	1а
ОБЕД	Компот из свежих плодов	180	0,14	0,14	11,50	48,82	3,6	372
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		725	36,67	23,67	92,12	733,91	95,922	
ПОЛДНИК	Булка "Станичная" с сухофруктами	70	0,00	0,00	0,00	0	0	707
ПОЛДНИК	Кисломолочный напиток "Снежок"	200	5,40	5,00	21,60	158	1,8	404
ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:		270	5,40	5,00	21,60	158	1,8	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1516	76,09	66,10	184,35	1657,22	111,217	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		1516	76,09	66,10	184,35	1657,22	111,217	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1516	76,09	66,10	184,35	1657,22	111,217	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			18,37	35,90	44,50	1657,22	26,84	