

Утверждено  
Директор МБОУ «Коробицынская СОШ»  
Приказ № 309 от 30.08.2019 г.

# **Примерное десятидневное меню МБОУ «Коробицынская СОШ»**

**п.Коробицыно 2019 г.**

День: Понедельник

Возрастная категория: Дети 1,5 до 3 лет, 12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергет. ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг	мг	мг	мг	мг
							Ca	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
1	Каша овсяная "Геркулес" молочная № 93	200	5,87	9,51	20,16	188,76	171,28	0,93	0,14	0,19	1,37
2	Какао с молоком гущ № 250	150	1,5	1,9	14,2	83,3	90,35	0,29	0,02	0,02	0,29
3	Бутерброд с маслом и сыром № 125	35	4,38	7,7	9,24	125,6	157	0,6	0,08	0,06	0,21
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>13,25</b>	<b>19,3</b>	<b>52,78</b>	<b>441,99</b>	<b>418,63</b>	<b>1,82</b>	<b>0,24</b>	<b>0,27</b>	<b>1,87</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	150	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
ГП	Фавли	7	0,204	0,233	5,42	24,79					
	<b>Итого:</b>		<b>0,734</b>	<b>0,383</b>	<b>23,12</b>	<b>102,79</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Щи со свежей капусты № 55	150	5,09	8,04	12,27	136,86	36,84	1,45	0,1	0,008	28,65
2	Печень в сметанном соусе № 97	60	13,2	5,8	1,5	111	6,9	6,5	0,22	1,6	23,8
3	Каша гречневая рассыпчатая № 186	100	6,33	5,65	31,1	204,9	36,1	4,01	0,27	0,1	0,004
4	Икра морковная №54	40	0,45	2,35	2,96	34,8	0,012	9,08	2,76	0,012	
5	Кисель №233	100	2		22	89,04	0,12	0,022			
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>29,05</b>	<b>22,2</b>	<b>70,19</b>	<b>630,9</b>	<b>79,972</b>	<b>21,062</b>	<b>3,35</b>	<b>1,72</b>	<b>52,504</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Яблоко	100	0,35	0,35	8,62	36,6				0,02	16,69
	<b>Итого:</b>		<b>0,35</b>	<b>0,35</b>	<b>8,62</b>	<b>36,6</b>				<b>0,02</b>	<b>16,69</b>
<b>Ужин</b>											
1	Оладьи из творога №239	170	13,98	9,71	22,42	233	0,23	124,4	0,3	0,08	0,51
2	Соус молочный(сладкий)№351	30	0,64	1,5	4,41	33,83	20,9	0,056			0,108
3	Чай с лимоном	150	0,07	0,008	12,24	47,52	3,44	0,08	0,003	0,0016	3,2
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	9,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>16,19</b>	<b>11,408</b>	<b>48,25</b>	<b>358,68</b>	<b>24,57</b>	<b>124,536</b>	<b>0,303</b>	<b>0,0816</b>	<b>3,818</b>
<b>Итого за день</b>			<b>59,574</b>	<b>53,641</b>	<b>202,96</b>	<b>1570,96</b>	<b>551,462</b>	<b>147,918</b>	<b>3,923</b>	<b>2,1816</b>	<b>93,182</b>

День:Вторник

Возрастная категория:Дети 1,5 до 3лет ,12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							са	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							са	Fe	B1	B2	C
1	Каша пшенная молочная № 96	200	5,97	8,91	23,46	197,35	163,88	0,29	0,16	0,18	1,37
2	Чай с молоком№ 261	150	2,1	2,4	11,53	73,42	90,91	0,1	0,02	0,13	1
3	Яйцо отварное №209	20	5,1	4,6	0,3	63	22	1	0,03	0,18	
ГП	Бутерброд с маслом №1	30	2,01	3,87	12,13	91,33	0	0	0	0	0
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>16,68</b>	<b>19,97</b>	<b>56,6</b>	<b>469,43</b>	<b>276,79</b>	<b>1,39</b>	<b>0,21</b>	<b>0,49</b>	<b>2,37</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	150	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,53</b>	<b>0,15</b>	<b>17,7</b>	<b>78</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Борщ со сметаной №25	150	4,38	7,15	11,25	125,5	29,4	1,28	0,008	0,008	18,85
2	Птица тушеная № 301	70	17,65	14,58	4,7	221	54,5	1,62	0,005	0	0,02
3	Рис припуш.с маслом № 192	130	3,2	4,6	32	185,9	11,9	0,8	0,004	0,02	0,038
4	Компот из сухих фруктов № 250	100	0,32	0	17,8	68,44	11,32	1,53	0,002	0,004	0,2
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>27,53</b>	<b>26,69</b>	<b>66,11</b>	<b>655,14</b>	<b>107,12</b>	<b>5,23</b>	<b>0,019</b>	<b>0,032</b>	<b>19,158</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Апельсин	100	0,63	0,14	7,29	28	23,8	0,21	0,028	0,021	42
	<b>Итого:</b>		<b>0,63</b>	<b>0,14</b>	<b>7,29</b>	<b>28</b>				<b>0,021</b>	<b>42</b>
<b>Ужин</b>											
1	Макароны ,запеченные с сыром № 207	200	8,09	8,58	39,24	272	37,3	1,7	0,08	0,05	0,04
2	Чай сладкий №264	150	0	0	12	44,88	0,24	0,04			0
ГП	Хлеб пшеничный	17	1,5	0,19	9,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>9,59</b>	<b>8,77</b>	<b>60,42</b>	<b>361,21</b>	<b>37,54</b>	<b>1,74</b>	<b>0,08</b>	<b>0,05</b>	<b>0,04</b>
<b>Итого за день</b>			<b>54,96</b>	<b>55,72</b>	<b>208,12</b>	<b>1591,78</b>	<b>449,74</b>	<b>8,86</b>	<b>0,339</b>	<b>0,683</b>	<b>81,868</b>

День:Среда

Возрастная категория:Дети 1,5 до 3лет ,12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							Ca	Fe	B1	B2	C
Завтрак							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Каша манная молочная №71	200	5,64	8,8	24,4	158,7	106	1	0,06	0	1
2	Кофейный напиток с молоком №395	150	2,34	2	10,63	70	0	0	0	0	0,98
ГП	Бутерброд с маслом и сыром №125	35	4,38	7,7	9,24	125,6	157	0,6	0,08	0,06	0,21
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>13,86</b>	<b>18,69</b>	<b>53,45</b>	<b>398,63</b>	<b>263</b>	<b>1,6</b>	<b>0,14</b>	<b>0,06</b>	<b>2,19</b>

Второй завтрак											
1	Пирож.печ.с овощ.фар.(капуста)№294	35	3,87	4,32	24,4	162	26,37	0,53	0,07	0,03	18,51
ГП	Кисломолочный продукт №251	140	4,06	4,48	5,6	82,6	18,82	0,44	0,006	0,005	1,19
	<b>Итого:</b>		<b>7,93</b>	<b>8,8</b>	<b>30</b>	<b>244,6</b>	<b>45,19</b>	<b>0,97</b>	<b>0,076</b>	<b>0,035</b>	<b>19,7</b>
Обед											
1	Суп рыбный №41	150	5,75	2,15	10,95	85,58	19,22	0,76	0,1	0,008	12,07
2	Котлеты говяжьи №161	60	10,4	9,7	2,8	140,11	16,2	1,6	0,005	0,12	0,17
3	Картофель аппетитный №205	100	3,5	4,8	23,4	148,6	53,2	1,2	0,16	0,1	24,5
4	Кисель №233	100	2		22	89,04	0,12	0,022			
5	Салат из свеклы №33	40	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	0,8	0,01		5,7
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3			0,01		0,05
	<b>Итого:</b>		<b>24,49</b>	<b>20,66</b>	<b>64,53</b>	<b>573,97</b>	<b>109,83</b>	<b>4,382</b>	<b>0,285</b>	<b>0,228</b>	<b>42,49</b>
Полдник											
ГП	Банан	100	1,11	0	16,38	67,34	16,69	0,206		0,02	16,69
	<b>Итого:</b>		<b>1,11</b>	<b>0</b>	<b>16,38</b>	<b>67,34</b>		<b>0,206</b>		<b>0,02</b>	<b>16,69</b>

Ужин											
1	Суфле из печени №171	70	13,7	7,5	1,4	128,5	34,4	5,9	0,2	1,4	19,7
2	Рагу из овощей № 14	130	3,5	5,7	20,5	145,2	55,1	1,8	0,017	0,1	48,9
3	Чай с сахаром №392	150	0,004	0,01	6,99	28	0	0	0	0	0,02
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>18,704</b>	<b>13,4</b>	<b>38,07</b>	<b>346,03</b>	<b>89,5</b>	<b>7,7</b>	<b>0,217</b>	<b>1,5</b>	<b>68,62</b>
<b>Итого за день</b>			<b>66,094</b>	<b>61,55</b>	<b>202,43</b>	<b>1630,57</b>	<b>507,52</b>	<b>14,858</b>	<b>0,718</b>	<b>1,843</b>	<b>149,69</b>

День :Четверг

Возрастная категория:Дети 1,5 до 3лет ,12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг		мг		
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Суп молочный с крупой (пшено)№ 43	200	4,72	8,46	20,81	177,26	162,08	0,42	0,05	0,18	1,34
2	Какао с молоком сгущ. № 250	150	1,5	1,9	14,26	83,3	90,35	0,29	0,002	0,02	0,29
ГП	Бутерброд с маслом №1	30	2,01	3,87	12,13	91,33	0	0	0	0	0
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>9,73</b>	<b>14,42</b>	<b>56,38</b>	<b>396,22</b>	<b>252,43</b>	<b>0,71</b>	<b>0,052</b>	<b>0,2</b>	<b>1,63</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	150	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,53</b>	<b>0,15</b>	<b>17,7</b>	<b>78</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп с мучными клёцками № 37	150	6,08	7,83	16,99	158,8	18,23	1,35	0,09	0,09	9,37
2	Плов с мясом № 163	150	12,9	14,6	34,74	324,32	31,62	2,57	0,09	0,13	1,32
3	Салат из свеклы № 33	50	0,71	3,04	4,18	46,5	45,6	3,6	0,45	0,009	0,035
4	Компот из сухих фруктов №250	100	0,32	0	17,8	68,44	11,32	1,53	0,002	0,004	0,2
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>21,99</b>	<b>25,83</b>	<b>74,07</b>	<b>652,36</b>	<b>106,77</b>	<b>9,05</b>	<b>0,632</b>	<b>0,233</b>	<b>10,975</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Молоко кипяченое	100	2,8	2,5	4,7	58,8	105,6	0,05	0,03	0,12	0,52
	<b>Итого:</b>		<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,7</b>	<b>58,8</b>	<b>105,6</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>	<b>0,12</b>	<b>0,52</b>
<b>Ужин</b>											
1	Котлеты картофельные №120	170	4,76	5,89	31,4	196,83	22,5	1,76	0,21	0,12	33,03
2	Соус сметанный №354	30	0,46	1,66	1,94	24,7	9,1	0,069	0,007		0,012
3	Чай с лимоном	150	0,07	0,008	12,24	47,52	3,44	0,08	0,003	0,0016	3,2
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>6,79</b>	<b>7,748</b>	<b>54,76</b>	<b>313,38</b>	<b>35,04</b>	<b>1,909</b>	<b>0,22</b>	<b>0,1216</b>	<b>36,242</b>
<b>Итого за день</b>			<b>41,84</b>	<b>50,648</b>	<b>207,61</b>	<b>1498,76</b>	<b>528,13</b>	<b>12,219</b>	<b>0,964</b>	<b>0,7646</b>	<b>67,667</b>

День :Пятница

Возрастная категория: Дети 1,5 до 3 лет, 12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Пищевые вещества			Калорийность 1п./ккал	Микроэлементы		Витамины		
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г		мг	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Каша ячневая молочная №99	200	6,24	10,03	13,98	231,83	187,92	0,69	0,07	0,18	1,34
2	Кофейный напиток с молоком №254	150	3,73	4,16	16,51	116,58	157,5	0,16	0,04	0,17	1,3
3	Бутерброд с маслом и сыром №125	35	4,38	7,7	9,24	125,6	157	0,6	0,08	0,006	0,21
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,79	0,23	10,96	52,96					
	<b>Итого:</b>		<b>16,14</b>	<b>22,12</b>	<b>50,69</b>	<b>526,97</b>	<b>502,42</b>	<b>1,45</b>	<b>0,19</b>	<b>0,356</b>	<b>2,85</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	150	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
ГП	Фавли	7	0,204	0,233	5,42	24,79					
	<b>Итого:</b>		<b>0,734</b>	<b>0,383</b>	<b>23,12</b>	<b>102,79</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп рассольник №50	150	4,29	7,16	12	127,95	21,74	1,17	0,008	0,007	9,85
2	Биточки сборные № 178	60	13,28	13,16	5,02	183,39	18,82	2,16	0,06	0,14	0,15
3	Макароны отварные с маслом № 205	100	4,6	0,66	24,91	124,08	0	0	0	0	0
4	Морковь в сметане № 208	40	2,23	6,22	13,7	111,54	78,88	1,78	0,09	0,11	7,24
5	Кисель № 233	100	2	0	22	89,04	0,12	0,022	0	0	0
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>28,38</b>	<b>27,56</b>	<b>77,99</b>	<b>690,3</b>	<b>119,56</b>	<b>5,132</b>	<b>0,158</b>	<b>0,257</b>	<b>17,29</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Яблоко	100	0,35	0,35	8,62	36,6	16,48	0,206	0	0,002	16,48
	<b>Итого:</b>		<b>0,35</b>	<b>0,35</b>	<b>8,62</b>	<b>36,6</b>	<b>16,48</b>	<b>0,206</b>	<b>0</b>	<b>0,002</b>	<b>16,48</b>
<b>Ужин</b>											
1	Сырники из тв.с молок сгущ.№ 130	170(30)	13,98	9,71	22,42	233	0,3	0,08	0,23	0,12	33,03
2	Молоко кипяченое 3,2%	150	2,8	3,2	4,7	58,8	105,6	0,05	0,03	0,12	0,52
		0	0	0	0	0					
	<b>Итого:</b>		<b>16,78</b>	<b>12,91</b>	<b>27,12</b>	<b>291,8</b>	<b>105,9</b>	<b>0,13</b>	<b>0,26</b>	<b>0,24</b>	<b>33,55</b>
<b>Итого за день</b>			<b>62,384</b>	<b>63,323</b>	<b>187,54</b>	<b>1648,46</b>	<b>772,65</b>	<b>7,418</b>	<b>0,638</b>	<b>0,945</b>	<b>88,47</b>
<b>Итого за пять дней:</b>			<b>56,9704</b>	<b>57,1582</b>	<b>201,732</b>	<b>1588,106</b>	<b>1412,944</b>	<b>1259,8976</b>	<b>1258,542</b>	<b>1258,603</b>	<b>1276,108</b>

День: Понедельник 2

Возрастная категория: Дети 1,5 до 3 лет, 12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Каша "Дружба" №84	200	5,32	8,64	23,34	191,72	163,25	0,42	0,009	0,18	1,34
2	Чай с сахаром №392	150	0,004	0,01	6,99	28	0	0	0	0	0,02
3	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
ГП	Бутерброд с маслом и сыром №125	35	4,38	7,7	9,24	125,6	157	0,6	0,08	0,06	0,21
	<b>Итого:</b>		<b>11,204</b>	<b>16,54</b>	<b>108,75</b>	<b>389,65</b>	<b>320,25</b>	<b>1,02</b>	<b>0,089</b>	<b>0,24</b>	<b>1,57</b>
<b>Второй завтрак</b>											
1	Напиток из сока	150	0,1	0	0,8	115,2	14,2	0,1			1,5
	<b>Итого:</b>		<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>115,2</b>	<b>14,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,5</b>
<b>Обед</b>											
1	Борщ №25	150	4,38	7,14	11,25	125,5	29,4	1,28	0,008	0,007	18,85
2	Бефстроганов из печени №148	80	13,2	5,83	2,93	118,39	12,65	6,76	0,23	1,61	24,74
3	Каша гречневая рассыпчатая № 186	130	6,33	5,65	31,1	204,9	36,1	4,01	0,27	0,1	0,04
4	Салат тушёная морк.с луком №4	40	0,7	3,02	4,51	45,55	25,43	0,6	0,03	0,03	2,33
5	Компот из сухих фруктов №250	100	0,32	0	17,8	68,44	11,32	1,53	0,002	0,004	0,2
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>26,91</b>	<b>22</b>	<b>67,95</b>	<b>617,08</b>	<b>114,9</b>	<b>14,18</b>	<b>0,54</b>	<b>1,751</b>	<b>46,21</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Яблоко	100	0,35	0,13	22,43	24,01	6,69	4,62	0,005	0,008	3,42
	<b>Итого:</b>		<b>0,35</b>	<b>0,13</b>	<b>22,43</b>	<b>24,01</b>				<b>0,008</b>	<b>3,42</b>
<b>Ужин</b>											
1	Вареники ленивые № 116	170	14,92	11,65	22,17	252,45	171,99	0,85	0,008	0,32	0,51
2	Соус молочный(сладкий)№351	30	0,64	1,5	4,41	33,83	20,9	0,056			0,108
3	Какао с молоком №248	150	3,76	4,22	14,26	107	157,55	0,21	0,04	0,17	1,3
ГП	Хлеб пшеничный	30	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>20,82</b>	<b>17,56</b>	<b>110,02</b>	<b>437,61</b>	<b>350,44</b>	<b>1,116</b>	<b>0,048</b>	<b>0,49</b>	<b>1,918</b>
<b>Итого за день</b>			<b>59,384</b>	<b>56,23</b>	<b>309,95</b>	<b>1583,55</b>	<b>799,79</b>	<b>16,416</b>	<b>0,677</b>	<b>2,489</b>	<b>54,618</b>

День: Вторник 2 неделя

Возрастная категория: Дети 1,5 до 3 лет, 12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергет. ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
								мг		мг	
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Суп молочный с крупой (кукуруза) №94	200	4,97	5,1	16,5	131,8	161,8	0,55	0,09	0,18	0,91
2	Какао с молоком №248	150	3,76	4,22	14,26	107	157,55	0,21	0,04	0,17	1,3
3	Бутерброд с сыром №3	30	4,33	6,82	12,13	127,33	0	0	0	0	0,007
<b>Итого:</b>			<b>13,06</b>	<b>16,14</b>	<b>42,89</b>	<b>366,13</b>	<b>319,35</b>	<b>0,76</b>	<b>0,13</b>	<b>0,35</b>	<b>2,217</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Вафли	7	0,35	0,395	8,3	42,5	0	0	0	0	0
ГП	Молоко кипяченое 3,2%	100	2,8	3,2	4,7	58,8	105,6	0,005	0,003	0,12	0,52
<b>Итого:</b>			<b>3,15</b>	<b>3,595</b>	<b>13</b>	<b>101,3</b>	<b>105,6</b>	<b>0,005</b>	<b>0,003</b>	<b>0,12</b>	<b>0,52</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп гороховый № 36	150	7,13	6,22	17,41	152,41	24,61	1,97	0,21	0,08	9,37
2	Макароны отварные с маслом № 205	120	3,07	0,44	16,61	82,72					
3	Птица тушеная № 301	80	17,65	14,58	4,7	221	54,5	1,62	0,05	0,1	0,2
5	Кисель №233	100	36		22	89,04	0,12	0,022			
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
<b>Итого:</b>			<b>65,83</b>	<b>21,6</b>	<b>61,08</b>	<b>599,47</b>	<b>79,23</b>	<b>3,612</b>	<b>0,26</b>	<b>0,18</b>	<b>9,62</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Банан	100	1,11	0	16,58	67,34	16,48	0,206		0,02	16,69
<b>Итого:</b>			<b>1,11</b>	<b>0</b>	<b>16,58</b>	<b>67,34</b>				<b>0,02</b>	<b>16,69</b>
<b>Ужин</b>											
1	Яйцо отварное № 209	40	5,1	4,6	0,3	63	22	1	0,03	0,18	0
2	Капуста тушеная № 336	160	2,78	6,48	7,45	284,7	21,96	2,78	0,21	0,17	27,74
3	Чай с сахаром №392	150	0,004	0,01	6,99	28	0	0	0	0	0,02
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
<b>Итого:</b>			<b>9,384</b>	<b>11,28</b>	<b>83,92</b>	<b>420,03</b>	<b>43,96</b>	<b>3,78</b>	<b>0,24</b>	<b>0,35</b>	<b>27,76</b>
<b>Итого за день</b>			<b>92,534</b>	<b>52,615</b>	<b>217,47</b>	<b>1554,27</b>	<b>548,14</b>	<b>8,157</b>	<b>0,633</b>	<b>1,02</b>	<b>56,807</b>



День: Среда 2 неделя

Возрастная категория: Дети 1,5 до 3 лет, 12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Каша пшеничная молочная №91	200	5,26	6,07	21,29	159,75	139,01	0,57	0,11	0,02	1,46
2	Кофейный напиток с молоком №395	150	2,34	2	10,63	70	0	0	0	0	0,98
ГП	Бутерброд с маслом и сыром №125	35	4,38	7,7	9,24	125,6	157	0,6	0,08	0,06	0,21
	<b>Итого:</b>		<b>11,98</b>	<b>15,77</b>	<b>41,16</b>	<b>355,35</b>	<b>296,01</b>	<b>1,17</b>	<b>0,19</b>	<b>0,08</b>	<b>2,65</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Кисломолочный продукт №251	140	4,06	4,48	5,6	82,6	18,82	0,44	0,006	0,005	1,19
	<b>Итого:</b>		<b>4,06</b>	<b>4,48</b>	<b>5,6</b>	<b>82,6</b>	<b>18,82</b>	<b>0,44</b>	<b>0,006</b>	<b>0,005</b>	<b>1,19</b>
<b>Обед</b>											
1	Щи из квашеной капусты № 54	150	4,6	7,15	11,08	126,4	35,52	1,34	0,1	0,08	28,65
2	Картофельная запеканка с отв.мясом №16	180	14,02	13,73	9,48	249,23	20	2,5	0,12	15,75	7,71
3	Салат из зеленого горошка №17	40	2,98	5,1	6,25	83,6	21,45	0,68	0,11	0	11
5	Компот из сухих фруктов №250	100	0,32	0	17,8	68,44	11,32	1,53	0,002	0,004	0,2
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>23,9</b>	<b>26,34</b>	<b>44,97</b>	<b>581,97</b>	<b>88,29</b>	<b>6,05</b>	<b>0,332</b>	<b>15,834</b>	<b>47,61</b>
<b>Полдник</b>											
1	Салат из яблок,апельсин.и бананов №52	40	0,38	0,22	18,35	30,99	7,66	2,99	0,01	0,01	10,89
ГП	Сок фруктовый	150	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,91</b>	<b>0,37</b>	<b>36,05</b>	<b>108,99</b>	<b>35,95</b>	<b>3,49</b>	<b>0,04</b>	<b>0,1</b>	<b>29,19</b>
<b>Ужин</b>											
1	Растегаи с рыбой №312	120	14,68	9,18	37,3	294,11	60,05	1,15	0,15	0,17	0,32
2	Чай сладкий №264	150	0	0	12	44,88	0,24	0,04			0
	<b>Итого:</b>		<b>14,68</b>	<b>9,18</b>	<b>49,3</b>	<b>338,99</b>	<b>60,29</b>	<b>1,19</b>	<b>0,15</b>	<b>0,17</b>	<b>0,32</b>
<b>Итого за день</b>			<b>55,53</b>	<b>56,14</b>	<b>177,08</b>	<b>1467,9</b>	<b>499,36</b>	<b>12,34</b>	<b>0,718</b>	<b>16,189</b>	<b>80,96</b>

День: Четверг 2 неделя

Возрастная категория: Дети 1,5 до 3 лет, 12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг	мг	мг	мг	мг
Завтрак							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Суп молочный с макаронами №44	200	5,28	8,51	20,36	178,01	161,18	0,33	0,06	0,18	1,34
2	Какао с молоком №247	150	3,76	4,22	14,26	107,01	157,55	0,21	0,04	0,17	1,3
ГП	Бутерброд с маслом №1	30	2,01	3,87	12,13	91,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>11,05</b>	<b>16,6</b>	<b>46,75</b>	<b>376,35</b>	<b>318,73</b>	<b>0,54</b>	<b>0,1</b>	<b>0,35</b>	<b>2,64</b>

<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	150	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,53</b>	<b>0,15</b>	<b>17,7</b>	<b>78</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп крестьянский с пшеном № 42	150	4,53	7,22	12,02	130,6	26,65	1,15	0,1	0,07	17,5
2	Гуляш с соусом № 152,354	80	12,9	15	28,5	284,6	29,1	3	0,2	0,16	27,5
3	Пюре морковно-картофельное № 74	120	2,33	1,95	7	100	47	0,8	0,08	0,08	2,71
5	Кисель №233	100	2		22	89,04	0,12	0,022			
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>23,74</b>	<b>24,53</b>	<b>69,88</b>	<b>658,54</b>	<b>102,87</b>	<b>4,972</b>	<b>0,38</b>	<b>0,31</b>	<b>47,76</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Банан	100	1,11	0	16,38	67,34	16,69	0,206		0,02	16,69
	<b>Итого:</b>		<b>1,11</b>	<b>0</b>	<b>16,38</b>	<b>67,34</b>	<b>16,69</b>	<b>0,206</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>16,69</b>
<b>Ужин</b>											
1	Плов с курами № 180	200	13,5	16,7	35	331,4	34,2	2,7	0,09	0,12	1,3
2	Чай с лимоном №260	150	0,07	0,008	12,24	47,52	3,44	0,08	0,003	0,0016	3,2
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>15,07</b>	<b>16,898</b>	<b>116,42</b>	<b>423,25</b>	<b>37,64</b>	<b>2,78</b>	<b>0,093</b>	<b>0,1216</b>	<b>4,5</b>
<b>Итого за день</b>			<b>51,5</b>	<b>58,178</b>	<b>267,13</b>	<b>1603,48</b>	<b>504,22</b>	<b>8,998</b>	<b>0,603</b>	<b>0,8916</b>	<b>89,89</b>

День: Пятница 2 неделя

Возрастная категория: Дети 1,5 до Злет ,12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,Г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							са	мг	В1	В2	С
<b>Завтрак</b>							са	Fe	В1	В2	С
1	Каша ячневая молочная № 99	200	5,27	8,51	11,66	192,76	161,18	0,69	0,07	0,18	1,34
2	Кофейный напиток с молоком №395	150	2,34	2	10,63	70	0	0	0	0	0,98
3	Бутерброд с маслом и сыром №125	35	4,38	7,7	9,24	125,6	157	0,6	0,08	0,06	0,21
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>13,49</b>	<b>18,4</b>	<b>100,71</b>	<b>432,69</b>	<b>318,18</b>	<b>1,29</b>	<b>0,15</b>	<b>0,24</b>	<b>2,53</b>

<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	150	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,53</b>	<b>0,15</b>	<b>17,7</b>	<b>78</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп картофельный с вермишелью № 44	150	1,6	3,9	12,42	100,87	11,78	0,6	0,07	0,03	9,47
2	Мясо тушеное с овощами в соусе № 274	150	21,71	16,55	10,02	296	42,3	2,09	0,13	0,16	5,2
3	Икра морковная № 54	50	0,45	2,35	2,96	34,8	0,012	9,08	2,76	0,012	
4	Компот из сухих фруктов №250	100	0,32	0	17,8	68,44	11,32	1,53	0,002	0,004	0,2
ГП	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	0,36	54,3					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>26,06</b>	<b>23,16</b>	<b>43,56</b>	<b>554,41</b>	<b>65,412</b>	<b>13,3</b>	<b>2,962</b>	<b>0,206</b>	<b>14,92</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Груша	100	0,36	0,27	8,55	37,8	16,53	2	0,017	0,026	4,35
	<b>Итого:</b>		<b>0,36</b>	<b>0,27</b>	<b>8,55</b>	<b>37,8</b>	<b>16,53</b>	<b>2</b>	<b>0,017</b>	<b>0,026</b>	<b>4,35</b>
<b>Ужин</b>											
1	Омлет натуральный с маслом № 110	140	7,21	10,01	1,79	125	63,98	0,96	0,04	0,03	0,39
2	Ватрушка с творогом № 289,314	60	4,8	3,69	20,98	156,3	47,19	0,39	0,08	0,09	0,26
3	Чай сладкий №264	150	0	0	12	44,88	0,24	0,04			0
ГП	Хлеб пшеничный	20	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>13,51</b>	<b>13,89</b>	<b>103,95</b>	<b>370,51</b>	<b>111,41</b>	<b>1,39</b>	<b>0,12</b>	<b>0,12</b>	<b>0,65</b>
<b>Итого за день</b>			<b>53,95</b>	<b>55,87</b>	<b>274,47</b>	<b>1473,41</b>	<b>539,822</b>	<b>18,48</b>	<b>3,279</b>	<b>0,682</b>	<b>40,75</b>
<b>Итого за 5 дней:</b>			<b>62,5796</b>	<b>55,8066</b>	<b>249,22</b>	<b>1536,522</b>	<b>578,2664</b>	<b>473,998</b>	<b>470,9578</b>	<b>470,4384</b>	<b>478,452</b>
<b>Итого за 10 дней :</b>			<b>59,775</b>	<b>56,4824</b>	<b>225,476</b>	<b>1562,314</b>	<b>1083,186</b>	<b>1031,052</b>	<b>1029,532</b>	<b>1029,272</b>	<b>1033,279</b>
<b>Выполнение %</b>			<b>101,24%</b>	<b>100,84%</b>	<b>103,80%</b>	<b>100,02%</b>	<b>135%</b>	<b>114%</b>	<b>128%</b>	<b>128%</b>	<b>114%</b>

День: Понедельник

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Каша овсяная "Геркулес"молочная № 93	200	7	11,28	24,61	226,83	198,92	1,15	0,17	0,22	1,54
2	Какао с молоком сгущ № 250	150-200	1,5	1,9	14,2	83,3	90,35	0,29	0,02	0,02	0,29
3	Бутерброд с маслом и сыром № 125	40	6,47	11,38	13,66	185,7	232	0,9	0,12	0,09	0,31
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>16,47</b>	<b>24,75</b>	<b>61,65</b>	<b>540,16</b>	<b>521,27</b>	<b>2,34</b>	<b>0,31</b>	<b>0,33</b>	<b>2,14</b>

<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	200	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
ГП	Фавли	10	0,204	0,233	5,42	24,79					
	<b>Итого:</b>		<b>0,734</b>	<b>0,383</b>	<b>23,12</b>	<b>102,79</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Щи со свежей капусты № 55	150-250	6,85	11,35	12,27	196,16	48,22	1,98	0,14	0,11	37,95
2	Печень в сметанном соусе № 97	70	14,9	8,3	2,3	143,5	9,5	7,3	0,25	1,8	26,8
3	Каша гречневая рассыпчатая № 186	130	7,6	6,8	37,3	245,9	43,32	4,8	0,32	0,12	0,005
4	Икра морковная №54	50	0,45	2,35	2,96	34,8	0,012	9,08	2,76	0,012	
5	Кисель №233	150-200	2,5		28	113,2	0,16	0,024			
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>34,77</b>	<b>29,16</b>	<b>83,28</b>	<b>801,43</b>	<b>101,212</b>	<b>23,184</b>	<b>3,47</b>	<b>2,042</b>	<b>64,805</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Яблоко	100	0,35	0,35	8,62	36,6				0,02	16,69
	<b>Итого:</b>		<b>0,35</b>	<b>0,35</b>	<b>8,62</b>	<b>36,6</b>				<b>0,02</b>	<b>16,69</b>

<b>Ужин</b>											
1	Оладьи из творога №239	200	18,19	16,44	22,42	527,06	0,246	2,27	0,3	0,08	0,51
2	Соус молочный(сладкий)№351	30	0,64	1,5	4,41	33,83	20,9	0,056			0,108
3	Чай с лимоном № 260	150-200	0,009	0,01	14,3	55,66	4,28	0,1	0,004	0,002	4
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	9,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>20,339</b>	<b>18,14</b>	<b>50,31</b>	<b>660,88</b>	<b>25,426</b>	<b>2,426</b>	<b>0,304</b>	<b>0,082</b>	<b>4,618</b>
<b>Итого за день</b>			<b>72,663</b>	<b>72,783</b>	<b>226,98</b>	<b>2141,86</b>	<b>676,198</b>	<b>28,45</b>	<b>4,114</b>	<b>2,564</b>	<b>106,553</b>

День: Вторник

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							са	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							са	Fe	B1	B2	C
1	Каша пшенная молочная № 96	200	7,11	10,53	28,74	237,58	189,67	0,35	0,2	0,21	1,54
2	Чай с молоком № 261	150-200	2,1	2,4	11,53	73,42	90,91	0,1	0,02	0,13	1
3	Яйцо отварное № 209	20	5,1	4,6	0,3	63	22	1	0,03	0,18	
ГП	Бутерброд с маслом № 1	40	2,81	3,97	16,96	114,66	0	0	0	0	0
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>18,62</b>	<b>21,69</b>	<b>66,71</b>	<b>532,99</b>	<b>302,58</b>	<b>1,45</b>	<b>0,25</b>	<b>0,52</b>	<b>2,54</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	200	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,53</b>	<b>0,15</b>	<b>17,7</b>	<b>78</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Борщ со сметаной № 25	150-250	6,06	10,18	17,35	183,4	42,3	1,84	0,13	0,1	29,03
2	Птица тушеная № 301	80	22,06	18,23	5,88	276,25	68,13	2,03	0,06	0	0,03
3	Рис припущ. с маслом № 192	150	3,9	5,5	39,1	185,9	14,5	1	0,045	0,023	0,04
4	Компот из сухих фруктов № 250	150-200	0,48	0	23,2	89,57	16,91	2,3	0,003	0,006	0,2
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>34,97</b>	<b>34,27</b>	<b>85,98</b>	<b>802,99</b>	<b>141,84</b>	<b>7,17</b>	<b>0,238</b>	<b>0,129</b>	<b>29,35</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Апельсин	100	0,63	0,14	7,29	28	23,8	0,21	0,028	0,021	42
	<b>Итого:</b>		<b>0,63</b>	<b>0,14</b>	<b>7,29</b>	<b>28</b>				<b>0,021</b>	<b>42</b>
<b>Ужин</b>											
1	Макароны ,запеченные с сыром № 207	200	8,09	8,58	39,24	272	37,3	1,7	0,08	0,05	0,04
2	Чай сладкий № 264	150-200	0	0	12	44,88	0,24	0,04			0
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	9,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>9,59</b>	<b>8,77</b>	<b>60,42</b>	<b>361,21</b>	<b>37,54</b>	<b>1,74</b>	<b>0,08</b>	<b>0,05</b>	<b>0,04</b>
<b>Итого за день</b>											
			<b>64,34</b>	<b>65,02</b>	<b>238,1</b>	<b>1803,19</b>	<b>510,25</b>	<b>10,86</b>	<b>0,598</b>	<b>0,81</b>	<b>92,23</b>

День:Среда

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг		мг		
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Каша манная молочная №71	200	7,5	11,7	32,5	210,6	141	1,3	0,08	0	1,3
2	Кофейный напиток с молоком №254	150-200	4,31	4,8	20,53	140,16	181,76	0,19	0,045	0,2	1,5
ГП	Бутерброд с маслом и сыром № 125	40	6,47	11,38	13,66	185,7	232	0,9	0,12	0,09	0,31
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>19,78</b>	<b>28,07</b>	<b>75,87</b>	<b>580,79</b>	<b>554,76</b>	<b>2,39</b>	<b>0,245</b>	<b>0,29</b>	<b>3,11</b>
<b>Второй завтрак</b>											
1	Пирож.печ.с овощ.фар.(капуста)№294	50	3,87	4,32	24,4	162	26,37	0,53	0,07	0,03	18,51
ГП	Кисломолочный продукт №251	200	4,06	4,48	5,6	82,6	18,82	0,44	0,006	0,005	1,19
	<b>Итого:</b>		<b>7,93</b>	<b>8,8</b>	<b>30</b>	<b>244,6</b>	<b>45,19</b>	<b>0,97</b>	<b>0,076</b>	<b>0,035</b>	<b>19,7</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп рыбный №41	150-250	8,5	3,18	13,73	116,68	27,41	1	0,13	0,1	15,1
2	Котлеты говяжьи №161	70	12,3	11,3	3,4	165,4	18	1,9	0,06	0,13	0,2
3	Картофель аппетитный №205	150	4,6	6	31,5	197,2	72	1,7	0,21	0,14	32,6
4	Кисель №233	150-200	2,5		28	113,2	0,16	0,024			
5	Салат из свеклы №33	50	0,86	3,65	5,02	56,34	21,09	0,8	0,01		5,7
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>31,23</b>	<b>24,49</b>	<b>82,1</b>	<b>716,69</b>	<b>138,66</b>	<b>5,424</b>	<b>0,41</b>	<b>0,37</b>	<b>53,65</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Банан	100	1,11	0	16,38	67,34	16,69	0,206		0,02	16,69
	<b>Итого:</b>		<b>1,11</b>	<b>0</b>	<b>16,38</b>	<b>67,34</b>		<b>0,206</b>		<b>0,02</b>	<b>16,69</b>
<b>Ужин</b>											
1	Суфле из печени №171	80	15,5	9,8	1,8	158,1	41,7	6,8	0,23	1,6	22,7
2	Рагу из овощей № 14	130	4,4	8,25	24,14	185,63	68,5	2,31	0,24	0,15	56,37
3	Чай с сахаром №392	150-200	0,006	0,02	9,99	40	0	0	0	0	0,02
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>21,406</b>	<b>18,26</b>	<b>45,11</b>	<b>428,06</b>	<b>110,2</b>	<b>9,11</b>	<b>0,47</b>	<b>1,75</b>	<b>79,09</b>
<b>Итого за день</b>			<b>81,456</b>	<b>79,62</b>	<b>249,46</b>	<b>2037,48</b>	<b>848,81</b>	<b>18,1</b>	<b>1,201</b>	<b>2,465</b>	<b>172,24</b>

День :Четверг

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Суп молочный с крупой (пшено)№ 43	200	5,76	6,63	18,28	177,26	199,75	0,22	0,007	0,09	1,17
2	Какао с молоком сгущ. № 250	150-200	1,5	1,9	14,26	83,3	90,35	0,29	0,002	0,02	0,29
ГП	Бутерброд с маслом №1	40	2,81	3,97	16,96	114,66	0	0	0	0	0
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>11,57</b>	<b>12,69</b>	<b>58,68</b>	<b>419,55</b>	<b>290,1</b>	<b>0,51</b>	<b>0,009</b>	<b>0,11</b>	<b>1,46</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	200	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,53</b>	<b>0,15</b>	<b>17,7</b>	<b>78</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп с мучными клёцками № 37	150-250	7,8	10,7	23,75	217,1	23,95	1,8	0,13	0,12	14,9
2	Плов с мясом № 163	200	15,25	18,9	39,1	389,91	37,85	3,03	0,1	0,15	1,58
3	Салат из свеклы № 33	50	0,71	3,04	4,18	46,5	45,6	3,6	0,45	0,009	0,035
4	Компот из сухих фруктов №250	150-200	0,48	0	23,2	89,57	16,91	2,3	0,003	0,006	0,2
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>26,71</b>	<b>33</b>	<b>90,68</b>	<b>810,95</b>	<b>124,31</b>	<b>10,73</b>	<b>0,683</b>	<b>0,285</b>	<b>16,765</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Молоко кипяченое	100	2,8	2,5	4,7	58,8	105,6	0,05	0,03	0,12	0,52
	<b>Итого:</b>		<b>2,8</b>	<b>2,5</b>	<b>4,7</b>	<b>58,8</b>	<b>105,6</b>	<b>0,05</b>	<b>0,03</b>	<b>0,12</b>	<b>0,52</b>
<b>Ужин</b>											
1	Котлеты картофельные №120	170	6,37	8	45,7	276,64	30,4	2,45	0,3	0,16	48,03
2	Соус сметанный №354	30	0,46	1,66	1,94	24,7	9,1	0,069	0,007		0,012
3	Чай с сахаром №392	150-200	0,004	0,01	6,99	28	0	0	0	0	0,02
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	9,18	44,33					
	<b>Итого:</b>		<b>8,334</b>	<b>9,86</b>	<b>63,81</b>	<b>373,67</b>	<b>39,5</b>	<b>2,519</b>	<b>0,307</b>	<b>0,16</b>	<b>48,062</b>
<b>Итого за день</b>			<b>49,944</b>	<b>58,2</b>	<b>235,57</b>	<b>1740,97</b>	<b>587,8</b>	<b>14,309</b>	<b>1,059</b>	<b>0,765</b>	<b>85,107</b>

День :Пятница

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Пищевые вещества			Калорийность 1п./ккал	Микроэлементы		Витамины		
			Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г		мг	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>											
1	Каша ячневая молочная №99	200	6,24	10,03	13,98	231,83	ca	Fe	B1	B2	C
2	Кофейный напиток с молоком №254	150-200	4,31	4,8	20,53	140,16	187,92	0,69	0,07	0,18	1,34
3	Бутерброд с маслом и сыром № 125	40	6,47	11,38	13,66	185,7	181,76	0,19	0,045	0,2	1,5
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,79	0,23	10,96	52,96	232	0,9	0,12	0,09	0,31
	<b>Итого:</b>		<b>18,81</b>	<b>26,44</b>	<b>59,13</b>	<b>610,65</b>	<b>601,68</b>	<b>1,78</b>	<b>0,235</b>	<b>0,47</b>	<b>3,15</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	200	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
ГП	Фавли	10	0,204	0,233	5,42	24,79					
	<b>Итого:</b>		<b>0,734</b>	<b>0,383</b>	<b>23,12</b>	<b>102,79</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп рассольник №50	150-250	5,99	10,2	19,2	189,47	31,6	1,7	0,12	0,1	15,75
2	Биточки сборные № 178	70	15,46	15,05	6,03	221,5	22,5	2,51	0,07	0,16	0,21
3	Макароны отварные с маслом № 205	150	4,6	0,66	24,91	124,08	0	0	0	0	0
4	Морковь в сметане № 208	40	2,23	6,22	13,7	111,54	78,88	1,78	0,09	0,11	7,24
5	Кисель №233	150-200	2,5		28	113,2	0,16	0,024			
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>33,25</b>	<b>32,49</b>	<b>92,29</b>	<b>827,66</b>	<b>133,14</b>	<b>6,014</b>	<b>0,28</b>	<b>0,37</b>	<b>23,25</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Яблоко	100	0,35	0,35	8,62	36,6	16,48	0,206	0	0,002	16,48
	<b>Итого:</b>		<b>0,35</b>	<b>0,35</b>	<b>8,62</b>	<b>36,6</b>	<b>16,48</b>	<b>0,206</b>	<b>0</b>	<b>0,002</b>	<b>16,48</b>
<b>Ужин</b>											
1	Сырники из тв.с молок сгущ.№130	170(30)	13,98	12,69	40,2	498,3	2,19	1,11	0,23	0,12	33,03
2	Молоко кипяченое 3,2%	150-200	2,8	3,2	4,7	58,8	105,6	0,05	0,03	0,12	0,52
		0	0	0	0	0					
	<b>Итого:</b>		<b>16,78</b>	<b>15,89</b>	<b>44,9</b>	<b>557,1</b>	<b>107,79</b>	<b>1,16</b>	<b>0,26</b>	<b>0,24</b>	<b>33,55</b>
<b>Итого за день</b>			<b>69,924</b>	<b>75,553</b>	<b>228,06</b>	<b>2134,8</b>	<b>887,38</b>	<b>9,66</b>	<b>0,805</b>	<b>1,172</b>	<b>94,73</b>
<b>Итого за пять дней:</b>			<b>67,6654</b>	<b>68,7912</b>	<b>235,634</b>	<b>1971,66</b>	<b>1722,176</b>	<b>1546,632</b>	<b>1544,861</b>	<b>1544,934</b>	<b>1563,646</b>



День: Понедельник 2

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							са	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>							са	Fe	B1	B2	C
1	Каша "Дружба" №84	200	5,32	8,64	23,34	191,72	163,25	0,42	0,009	0,18	1,34
2	Чай сладкий №264	150-200	0	0	14	52,36	0,28	0,042			0
3	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
ГП	Бутерброд с маслом и сыром № 125	40	6,47	11,38	13,66	185,7	232	0,9	0,12	0,09	0,31
	<b>Итого:</b>		<b>13,29</b>	<b>20,21</b>	<b>120,18</b>	<b>474,11</b>	<b>395,53</b>	<b>1,362</b>	<b>0,129</b>	<b>0,27</b>	<b>1,65</b>

<b>Второй завтрак</b>											
1	Напиток из сока	200	0,1	0	0,8	115,2	14,2	0,1			1,5
	<b>Итого:</b>		<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0,8</b>	<b>115,2</b>	<b>14,2</b>	<b>0,1</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1,5</b>
<b>Обед</b>											
1	Борщ со сметаной №25	150-250	6,06	10,18	17,35	183,4	42,3	1,84	0,13	0,1	29,03
2	Бефстроганов из печени №148	80	15,47	8,3	4,24	153,34	16,96	7,64	0,26	1,81	28,09
3	Каша гречневая рассыпчатая № 186	130	7,6	6,8	37,3	245,9	43,32	4,8	0,32	0,12	0,005
4	Салат тушёная морк.с луком №4	50	0,7	3,02	4,51	45,55	25,43	0,6	0,03	0,03	2,33
5	Компот из сухих фруктов №250	150-200	0,48	0	23,2	89,57	16,91	2,3	0,003	0,006	0,2
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>32,78</b>	<b>28,66</b>	<b>87,05</b>	<b>785,63</b>	<b>144,92</b>	<b>17,18</b>	<b>0,743</b>	<b>2,066</b>	<b>59,705</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Яблоко	100	0,35	0,13	22,43	24,01	6,69	4,62	0,005	0,008	3,42
	<b>Итого:</b>		<b>0,35</b>	<b>0,13</b>	<b>22,43</b>	<b>24,01</b>				<b>0,008</b>	<b>3,42</b>

<b>Ужин</b>											
1	Вареники ленивые № 116	170	19,53	15,29	35,07	354,33	223,31	1,1	0,1	0,4	0,67
2	Соус молочный(сладкий)№351	30	0,64	1,5	4,41	33,83	20,9	0,056			0,108
3	Какао с молоком №248	150-200	3,76	4,22	14,26	107	157,55	0,21	0,04	0,17	1,3
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>25,43</b>	<b>21,2</b>	<b>122,92</b>	<b>539,49</b>	<b>401,76</b>	<b>1,366</b>	<b>0,14</b>	<b>0,57</b>	<b>2,078</b>
<b>Итого за день</b>			<b>71,95</b>	<b>70,2</b>	<b>353,38</b>	<b>1938,44</b>	<b>956,41</b>	<b>20,008</b>	<b>1,012</b>	<b>2,914</b>	<b>68,353</b>

День: Вторник 2 неделя

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Суп молочный с крупой (кукуруза) №94	200	4,97	5,1	16,5	131,8	161,8	0,55	0,09	0,18	0,91
2	Какао с молоком №248	150-200	3,76	4,22	14,26	107	157,55	0,21	0,04	0,17	1,3
3	Бутерброд с сыром №3	40	6,29	8,4	16,96	168,66	0	0	0	0	0,11
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>16,52</b>	<b>17,91</b>	<b>116,9</b>	<b>451,79</b>	<b>319,35</b>	<b>0,76</b>	<b>0,13</b>	<b>0,35</b>	<b>2,32</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Вафли	10	0,35	0,395	8,3	42,5	0	0	0	0	0
ГП	Молоко кипяченое 3,2%	200	2,8	3,2	4,7	58,8	105,6	0,005	0,003	0,12	0,52
	<b>Итого:</b>		<b>3,15</b>	<b>3,595</b>	<b>13</b>	<b>101,3</b>	<b>105,6</b>	<b>0,005</b>	<b>0,003</b>	<b>0,12</b>	<b>0,52</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп гороховый № 36	150-250	9,62	8,84	25,28	216,85	34,02	2,72	0,29	0,11	14,9
2	Макароны отварные с маслом № 205	150	4,98	0,71	29,94	149,32					
3	Птица тушеная № 301	80	22,06	18,23	5,88	276,25	68,13	2,03	0,06	0	0,03
5	Кисель №233	150-200	2,5		28	113,2	0,16	0,024			
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>41,63</b>	<b>28,14</b>	<b>89,55</b>	<b>823,49</b>	<b>102,31</b>	<b>4,774</b>	<b>0,35</b>	<b>0,11</b>	<b>14,98</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Банан	100	1,11	0	16,58	67,34	16,48	0,206		0,02	16,69
	<b>Итого:</b>		<b>1,11</b>	<b>0</b>	<b>16,58</b>	<b>67,34</b>				<b>0,02</b>	<b>16,69</b>
<b>Ужин</b>											
1	Яйцо отварное № 209	40	5,1	4,6	0,3	63	22	1	0,03	0,18	0
2	Капуста тушеная № 336	160	3,33	7,77	41,42	284,7	26,35	2,8	0,28	0,19	37,8
3	Чай с сахаром №392	150-200	0,004	0,01	6,99	28	0	0	0	0	0,02
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>9,934</b>	<b>12,57</b>	<b>117,89</b>	<b>420,03</b>	<b>48,35</b>	<b>3,8</b>	<b>0,31</b>	<b>0,37</b>	<b>37,82</b>
<b>Итого за день</b>			<b>72,344</b>	<b>62,215</b>	<b>353,92</b>	<b>1863,95</b>	<b>575,61</b>	<b>9,339</b>	<b>0,793</b>	<b>0,97</b>	<b>72,33</b>

День: Среда 2 неделя

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							са	Fe	B1	B2	C
<b>Завтрак</b>											
1	Каша пшеничная молочная №91	200	6,44	7,53	25,38	192	186,58	0,95	0,11	0,05	1,95
2	Кофейный напиток с молоком №254	150-200	4,31	4,8	20,53	140,16	181,76	0,19	0,045	0,2	1,5
3	Бутерброд с маслом и сыром № 125	40	6,47	11,38	13,66	185,7	232	0,9	0,12	0,09	0,31
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>18,72</b>	<b>23,9</b>	<b>128,75</b>	<b>562,19</b>	<b>600,34</b>	<b>2,04</b>	<b>0,275</b>	<b>0,34</b>	<b>3,76</b>
<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Кисломолочный продукт №251	200	4,06	4,48	5,6	82,6	18,82	0,44	0,006	0,005	1,19
	<b>Итого:</b>		<b>4,06</b>	<b>4,48</b>	<b>5,6</b>	<b>82,6</b>	<b>18,82</b>	<b>0,44</b>	<b>0,006</b>	<b>0,005</b>	<b>1,19</b>
<b>Обед</b>											
1	Щи из квашеной капусты № 54	150-250	6,2	10,18	16,74	182,4	46,5	1,83	0,11	0,14	37,93
2	Картофельная запеканка с отв.мясом №16	200	14,02	13,73	9,48	249,23	20	2,5	0,12	15,75	7,71
3	Салат из зеленого горошка №17	50	2,98	5,1	6,25	83,6	21,45	0,68	0,11	0	11
5	Компот из сухих фруктов №250	150-200	0,48	0	23,2	89,57	16,91	2,3	0,003	0,006	0,2
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>26,15</b>	<b>29,37</b>	<b>56,12</b>	<b>672,67</b>	<b>104,86</b>	<b>7,31</b>	<b>0,343</b>	<b>15,896</b>	<b>56,89</b>
<b>Полдник</b>											
1	Салат из яблок,апельсин.и бананов №52	50	0,38	0,22	18,35	30,99	7,66	2,99	0,01	0,01	10,89
ГП	Сок фруктовый	200	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,91</b>	<b>0,37</b>	<b>36,05</b>	<b>108,99</b>	<b>35,95</b>	<b>3,49</b>	<b>0,04</b>	<b>0,1</b>	<b>29,19</b>
<b>Ужин</b>											
1	Растегаи с рыбой №312	150	18,92	12,28	45,82	373,5	77,01	1,42	0,18	0,17	0,32
2	Чай с лимоном № 260	150-200	0,009	0,01	14,3	55,66	4,28	0,1	0,004	0,002	4
	<b>Итого:</b>		<b>18,929</b>	<b>12,29</b>	<b>60,12</b>	<b>429,16</b>	<b>81,29</b>	<b>1,52</b>	<b>0,184</b>	<b>0,172</b>	<b>4,32</b>
<b>Итого за день</b>			<b>68,769</b>	<b>70,41</b>	<b>286,64</b>	<b>1855,61</b>	<b>841,26</b>	<b>14,8</b>	<b>0,848</b>	<b>16,513</b>	<b>95,35</b>

День: Четверг 2 неделя

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							мг		мг		
<b>Завтрак</b>							Ca	Fe	B1	B2	C
1	Суп молочный с макаронами №44	200	6,05	10	23,67	207,53	187,98	0,38	0,07	0,21	1,54
2	Какао с молоком №247	150-200	3,76	4,22	14,26	107,01	157,55	0,21	0,04	0,17	1,3
3	Бутерброд с маслом №1	40	2,81	3,97	16,96	114,66	0	0	0	0	0
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>14,12</b>	<b>18,38</b>	<b>124,07</b>	<b>473,53</b>	<b>345,53</b>	<b>0,59</b>	<b>0,11</b>	<b>0,38</b>	<b>2,84</b>

<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	200	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
	<b>Итого:</b>		<b>0,53</b>	<b>0,15</b>	<b>17,7</b>	<b>78</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп крестьянский с пшеном № 42	150-250	6,35	10,31	19,03	193,5	39,53	1,67	0,16	0,1	27,13
2	Гуляш с соусом № 152 ,354	80	12,9	15	28,5	284,6	29,1	3	0,2	0,16	27,5
3	Пюре морковно-картофельное № 74	150	2,33	1,95	7	100	47	0,8	0,08	0,08	2,71
5	Кисель №233	150-200	2,5		28	113,2	0,16	0,024			
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
	<b>Итого:</b>		<b>26,55</b>	<b>27,62</b>	<b>82,98</b>	<b>759,17</b>	<b>115,79</b>	<b>5,494</b>	<b>0,44</b>	<b>0,34</b>	<b>57,39</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Банан	100	1,11	0	16,38	67,34	16,69	0,206		0,02	16,69
	<b>Итого:</b>		<b>1,11</b>	<b>0</b>	<b>16,38</b>	<b>67,34</b>	<b>16,69</b>	<b>0,206</b>	<b>0</b>	<b>0,02</b>	<b>16,69</b>
<b>Ужин</b>											
1	Плов с курами № 180	200	15,9	21,3	43,6	415,8	42,3	3,3	0,11	0,14	1,6
2	Чай с сахаром №392	150-200	0,006	0,02	9,99	40	0	0	0	0	0,02
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
	<b>Итого:</b>		<b>17,406</b>	<b>21,51</b>	<b>122,77</b>	<b>500,13</b>	<b>42,3</b>	<b>3,3</b>	<b>0,11</b>	<b>0,14</b>	<b>1,62</b>
<b>Итого за день</b>			<b>59,716</b>	<b>67,66</b>	<b>363,9</b>	<b>1878,17</b>	<b>548,6</b>	<b>10,09</b>	<b>0,69</b>	<b>0,97</b>	<b>96,84</b>

День: Пятница 2 неделя

Возрастная категория: Дети 3 до 7 лет ,12 часовое пребывание .

МТК	Наименование блюда (кулинарного изделия)	Выход,г	Белки,г	Жиры,г	Углеводы ,г	Энергет.ценность, ккал.	Минеральные вещества		Витамины		
							са	мг	мг	мг	мг
<b>Завтрак</b>							са	Fe	B1	B2	C
1	Каша ячневая молочная № 99	200	5,76	6,63	18,28	192,76	199,75	0,22	0,07	0,18	1,34
2	Кофейный напиток с молоком №254	150-200	4,31	4,8	20,53	140,16	181,76	0,19	0,045	0,2	1,5
3	Бутерброд с маслом и сыром № 125	40	6,47	11,38	13,66	185,7	232	0,9	0,12	0,09	0,31
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
<b>Итого:</b>			<b>18,04</b>	<b>23</b>	<b>121,65</b>	<b>562,95</b>	<b>613,51</b>	<b>1,31</b>	<b>0,235</b>	<b>0,47</b>	<b>3,15</b>

<b>Второй завтрак</b>											
ГП	Сок фруктовый	200	0,53	0,15	17,7	78	28,29	0,5	0,03	0,09	18,3
<b>Итого:</b>			<b>0,53</b>	<b>0,15</b>	<b>17,7</b>	<b>78</b>	<b>28,29</b>	<b>0,5</b>	<b>0,03</b>	<b>0,09</b>	<b>18,3</b>
<b>Обед</b>											
1	Суп картофельный с вермишелью № 44	150-250	2,5	5,8	18,98	137,82	17,72	0,9	0,1	0,05	15,1
2	Мясо тушеное с овощами в соусе № 274	200	26,73	16,55	15,02	296	42,3	2,09	0,13	0,16	5,2
3	Икра морковная № 54	50	0,45	2,35	2,96	34,8	0,012	9,08	2,76	0,012	
ГП	Компот из сухих фруктов №250	150-200	0,48	0	23,2	89,57	16,91	2,3	0,003	0,006	0,2
ГП	Хлеб ржаной	60	2,47	0,36	0,45	67,87					0,05
<b>Итого:</b>			<b>32,63</b>	<b>25,06</b>	<b>60,61</b>	<b>626,06</b>	<b>76,942</b>	<b>14,37</b>	<b>2,993</b>	<b>0,228</b>	<b>20,55</b>
<b>Полдник</b>											
ГП	Груша	100	0,36	0,27	8,55	37,8	16,53	2	0,017	0,026	4,35
<b>Итого:</b>			<b>0,36</b>	<b>0,27</b>	<b>8,55</b>	<b>37,8</b>	<b>16,53</b>	<b>2</b>	<b>0,017</b>	<b>0,026</b>	<b>4,35</b>
<b>Ужин</b>											
1	Омлет натуральный с маслом № 110	140	9,01	12,51	2,24	156,25	79,98	1,2	0,005	0,004	0,49
2	Ватрушка с творогом № 289,314	70	5,6	4,3	24,48	182,3	55,05	0,46	0,09	0,1	0,3
3	Чай с лимоном № 260	150-200	0,009	0,01	14,3	55,66	4,28	0,1	0,004	0,002	4
ГП	Хлеб пшеничный	55	1,5	0,19	69,18	44,33	0	0	0	0	0
<b>Итого:</b>			<b>16,119</b>	<b>17,01</b>	<b>110,2</b>	<b>438,54</b>	<b>139,31</b>	<b>1,76</b>	<b>0,099</b>	<b>0,106</b>	<b>4,79</b>
<b>Итого за день</b>			<b>67,679</b>	<b>65,49</b>	<b>318,71</b>	<b>1743,35</b>	<b>874,582</b>	<b>19,94</b>	<b>3,374</b>	<b>0,92</b>	<b>51,14</b>
<b>Итого за 5 дней:</b>			<b>68,0916</b>	<b>67,195</b>	<b>335,31</b>	<b>1855,904</b>	<b>759,2924</b>	<b>588,364</b>	<b>585,0508</b>	<b>584,56</b>	<b>594,604</b>
<b>Итого за 10 дней :</b>			<b>67,8785</b>	<b>67,9931</b>	<b>285,472</b>	<b>1913,782</b>	<b>1365,476</b>	<b>1280,012</b>	<b>1278,355</b>	<b>1278,11</b>	<b>1283,132</b>
<b>Выполнение %</b>			<b>92,29%</b>	<b>98,20%</b>	<b>103,68%</b>	<b>97,49%</b>	<b>151%</b>	<b>106%</b>	<b>142%</b>	<b>128%</b>	<b>111%</b>