



Заведующий МБДОУ « Детский сад № 47»

С.В.Белоцерковская

« 29» сентября 2023

### **Примерное 10-дневное меню**

Для организации питания воспитанников в Муниципальном бюджетном дошкольном образовательном учреждении « Детский сад№ 47»,

С 12- часовым пребыванием.

Северск-2023

Неделя первая  
День: понедельник

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	<b>184</b>	5,63	6,66	21,73	167,49	<b>205</b>	6,26	7,40	24,14	186,10
10/10	Чай с сахаром	<b>150</b>	0,03	0,00	6,90	26,49	<b>180</b>	0,04	0,00	8,28	31,79
1/13	Батон с маслом	<b>25</b>	1,56	3,66	10,37	80,70	<b>38</b>	2,35	5,48	15,55	121,05
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>359,00</b>	<b>7,22</b>	<b>10,32</b>	<b>39,00</b>	<b>274,68</b>	<b>423,00</b>	<b>8,65</b>	<b>12,88</b>	<b>47,97</b>	<b>338,94</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
3/РЦ.10.86.10.590	Сок/Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте	<b>100</b>	0,50	0,00	10,10	42,22	<b>50</b>	0,00	0,00	4,75	20,00
3/2,,3/1	Пюре фруктовое /Фрукт свежий(яблоко)	<b>50</b>	0,30	0,05	9,60	38,50	<b>100</b>	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>ОБЕД</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,05</b>	<b>19,7</b>	<b>80,72</b>	<b>150</b>	<b>0,4</b>	<b>0,4</b>	<b>14,55</b>	<b>67,00</b>
156	Суп картофельный с рыбой ( минтай)	<b>150</b>	5,10	1,65	8,25	89,10	<b>200</b>	6,80	2,20	11,00	105,30
5/9	Биточки (котлеты)из мяса кур	<b>70</b>	11,59	11,96	11,92	201,66	<b>80</b>	13,25	13,66	13,62	230,46
6/11	Соус сметанный	<b>15</b>	0,19	1,04	0,66	12,79	<b>30</b>	0,38	2,07	1,31	25,58
43/3	Макаронные изделия отварные	<b>110</b>	4,28	3,16	26,90	155,91	<b>150</b>	5,84	4,30	36,68	212,61
6/10	Компот из сухофруктов	<b>150</b>	0,01	0,00	12,32	46,80	<b>180</b>	0,02	0,00	14,78	56,16
1	Хлеб пшеничный йодированный	<b>15</b>	1,19	0,15	7,24	32,04	<b>20</b>	1,58	0,20	9,66	42,72
2	Хлеб ржаной	<b>15</b>	0,99	0,18	5,01	24,75	<b>20</b>	1,32	0,24	6,68	33,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>525,00</b>	<b>23,35</b>	<b>18,14</b>	<b>72,30</b>	<b>563,05</b>	<b>680,00</b>	<b>29,19</b>	<b>22,67</b>	<b>93,73</b>	<b>705,83</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
19/5	Суфле творожное	<b>80</b>	11,81	10,76	11,43	188,60	<b>100</b>	14,76	13,45	14,29	235,83

	Молоко сгущенное	15	1,08	1,26	8,34	49,20	20	1,44	1,70	11,10	65,60
5	Молоко цельное	150	4,35	4,80	7,05	90,00	180	5,22	5,76	8,46	108,00
	<b>Итого подник:</b>	<b>245,00</b>	<b>17,24</b>	<b>16,82</b>	<b>26,82</b>	<b>327,80</b>	<b>300,00</b>	<b>21,42</b>	<b>20,91</b>	<b>33,85</b>	<b>409,43</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1279,00</b>	<b>48,61</b>	<b>45,33</b>	<b>157,82</b>	<b>1246,25</b>	<b>1553,00</b>	<b>59,66</b>	<b>56,86</b>	<b>190,10</b>	<b>1521,20</b>

Неделя первая  
День: вторник

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	184	4,91	5,80	29,77	188,59	205	5,46	6,44	33,08	209,54
11/10	Чай с лимоном	150	0,08	0,00	6,90	27,00	180	0,09	0,00	8,28	32,40
4/13	Батон с маслом и сыром	28	2,48	4,22	10,35	89,60	42	3,72	6,33	15,52	134,40
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>362,00</b>	<b>7,47</b>	<b>10,02</b>	<b>47,02</b>	<b>305,19</b>	<b>427,00</b>	<b>9,27</b>	<b>12,77</b>	<b>56,88</b>	<b>376,34</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
15/10	Напиток из шиповника	100,00	0,16	0,00	7,83	32,12	100,00	0,16	0,00	7,83	32,12
	<b>ОБЕД</b>										
3/5	Свекла отварная ( дольками)	15	0,18	0,00	1,07	5,50	30	0,36	0,00	2,13	11,00
24/96	Суп с томатной пастой, яйцом, мясом и сметаной.	159	4,37	4,56	5,92	112,00	211	5,21	5,54	7,87	132,00
14/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины паровые	70	11,40	11,10	5,20	266,00					
3/3	Картофельное пюре	110	4,45	7,15	21,23	147,42					





	<b>ЗАВТРАК</b>										
11/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	184	5,78	6,86	27,67	193,27	205	6,42	7,62	30,74	214,74
12/10	Чай с молоком	150	1,12	1,20	9,26	51,20	180	1,35	1,44	11,11	61,45
3/13	Батон с сыром	24	2,43	1,76	10,28	66,96	36	3,64	2,64	15,42	100,44
	Итого завтрак:	<b>358,00</b>	<b>9,33</b>	<b>9,82</b>	<b>47,21</b>	<b>311,43</b>	<b>421,00</b>	<b>11,41</b>	<b>11,70</b>	<b>57,27</b>	<b>376,63</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
5/10	Напиток из яблок сушеных	100	0,19	0,00	17,84	<b>70,38</b>					
РЦ.10.86.10.590	Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте						<b>50</b>	0,00	0,00	4,75	<b>20,00</b>
	<b>ОБЕД</b>										
10/1	Икра морковная	<b>30</b>	1,08	1,53	3,20	29,49	<b>50</b>	1,80	2,56	5,34	49,15
30/1	Щи с курицей и сметаной	159	3,74	7,42	7,04	116,90	211	4,74	8,42	8,04	126,90
16/7	Зразы или рулет из рыбы( горбуша)	70	11,16	6,82	6,53	130,91	80	12,76	7,80	7,46	149,61
45/3	Каша рисовая рассыпчатая	110	2,72	2,50	29,59	162,58	150	3,71	3,40	40,35	221,70
5/11	Соус томатный	15	0,20	0,75	0,91	11,31	30	0,40	1,50	1,81	22,61
6/10	Компот из сухофруктов	150	0,01	0,00	12,32	46,80	180	0,02	0,00	14,78	56,16
1	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,19	0,15	7,24	32,04	20	1,58	0,20	9,66	42,72
2	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	24,75	20	1,32	0,24	6,68	33,00
	Итого обед:	<b>519,00</b>	<b>19,02</b>	<b>17,64</b>	<b>63,63</b>	<b>500,54</b>	<b>671,00</b>	<b>23,21</b>	<b>21,32</b>	<b>82,10</b>	<b>701,85</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
16/4	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,62	6,46	13,08	125,25	200	4,82	8,62	17,44	167,00
3/10	Компот из яблок и чернослива	150	0,18	0,00	15,85	63,63	180	0,22	0,00	19,03	76,36
70	Кекс творожный	50	10,46	4,80	39,60	244,80	50	10,46	4,80	39,60	244,80
1	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,19	0,15	7,24	32,04	20	1,58	0,20	9,66	42,72
	Итого подник:	<b>365,00</b>	<b>15,45</b>	<b>11,41</b>	<b>75,77</b>	<b>465,72</b>	<b>450,00</b>	<b>17,08</b>	<b>13,62</b>	<b>85,73</b>	<b>530,8</b>

											8
	ВСЕГО ЗА ДЕНЬ	1342,00	43,99	38,87	204,45	1348,07	1592,00	51,70	46,64	229,85	1629,36

Неделя первая

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

День: пятница

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
7/4	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	184	10,22	5,74	43,74	340,74	205	11,36	6,38	48,60	378,60
13/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,39	2,61	11,23	77,15	180	2,86	3,13	13,48	92,57
1/13	Батон с маслом	25	1,56	3,66	10,37	80,70	38	2,35	5,48	15,55	121,05
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>359,00</b>	<b>14,17</b>	<b>12,01</b>	<b>65,34</b>	<b>498,59</b>	<b>423,00</b>	<b>16,57</b>	<b>14,99</b>	<b>77,63</b>	<b>592,22</b>
3	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
РЦ.10.86.10.590	Сок/Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте	100	0,50	0,00	10,10	42,22	50	0,00	0,00	4,75	20,00
3/2,,3/1	Пюре фруктовое /Фрукт свежий(яблоко)	50	0,30	0,05	9,60	38,50	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>ОБЕД</b>										
20/2	Суп лапша с курицей	156	3,40	4,26	9,24	89,73	206	4,54	5,68	12,32	119,64
35/8	Суфле из печени с рисом	70	16,39	11,90	6,40	195,51	80	18,73	13,60	7,32	223,44
3/3	Картофельное пюре	100	4,42	7,15	21,23	147,42	150	6,03	9,75	28,95	201,03
127	Компот из свежемороженых ягод	150	0,15	0,06	70,28	58,64	180	0,18	0,07	80,28	62,00
1	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,19	0,15	7,24	32,04	20	1,58	0,20	9,66	42,72
2	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	24,75	20	1,32	0,24	6,68	33,00

	<b>Итого обед:</b>	<b>506,00</b>	<b>26,54</b>	<b>23,70</b>	<b>119,40</b>	<b>548,09</b>	<b>656,00</b>	<b>32,38</b>	<b>29,54</b>	<b>145,21</b>	<b>681,83</b>
16/4	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
	Каша "Дружба" молочная	<b>184</b>	10,22	5,74	43,74	340,74	<b>205</b>	11,36	6,38	48,60	378,60
6/10	Компот из сухофруктов	<b>150</b>	0,01	0,00	12,32	46,80	<b>180</b>	0,02	0,00	14,78	56,16
24/12	Печенье						<b>20</b>	1,50	2,36	14,98	63,42
25/12	Коржик молочный	<b>20</b>	1,34	1,84	18,94	75,84					
1	Хлеб пшеничный йодированный	<b>15</b>	1,19	0,15	7,24	32,04	<b>20</b>	1,58	0,20	9,66	42,72
	<b>итого полдник:</b>	<b>369,00</b>	<b>12,76</b>	<b>7,73</b>	<b>82,24</b>	<b>495,42</b>	<b>425,00</b>	<b>14,46</b>	<b>8,94</b>	<b>88,02</b>	<b>540,90</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1384,00</b>	<b>54,27</b>	<b>43,49</b>	<b>286,68</b>	<b>1622,82</b>	<b>1654,00</b>	<b>63,81</b>	<b>53,87</b>	<b>325,41</b>	<b>1881,95</b>

Неделя вторая

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

День: понедельник

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	<b>184</b>	6,03	6,17	26,69	184,37	<b>205</b>	6,70	6,86	29,66	204,86
10/10	Чай с сахаром	<b>150</b>	0,03	0,00	6,90	26,49	<b>180</b>	0,04	0,00	8,28	31,79
1/13	Батон с маслом	<b>25</b>	1,56	3,66	10,37	80,70	<b>38</b>	2,35	5,48	15,55	121,05
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>359,00</b>	<b>7,62</b>	<b>9,83</b>	<b>43,96</b>	<b>291,56</b>	<b>423,00</b>	<b>9,09</b>	<b>12,34</b>	<b>53,49</b>	<b>357,70</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
1/10	Напиток из сухофруктов	<b>100</b>	0,20	0,00	11,61	45,02					



	<b>ЗАВТРАК</b>										
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	<b>184</b>	4,91	5,80	29,77	188,59	<b>205</b>	5,46	6,44	33,08	209,54
14/10	Какао с молоком	<b>150</b>	3,09	2,97	18,87	112,69	<b>180</b>	3,71	3,56	22,64	135,23
4/13	Батон с маслом и сыром	<b>28</b>	2,48	4,22	10,35	89,60	<b>42</b>	3,72	6,33	15,52	134,40
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>362,00</b>	<b>10,48</b>	<b>12,99</b>	<b>58,99</b>	<b>390,88</b>	<b>427,00</b>	<b>12,89</b>	<b>16,33</b>	<b>71,24</b>	<b>479,17</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
3	Сок	100	0,50	0,00	10,10	42,22					
РЦ.10.86.10.590	Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте						50	0,00	0,00	4,75	20,00
	<b>ОБЕД</b>										
21/1	Икра овощная	<b>30</b>	0,44	1,42	2,49	24,69	<b>50</b>	0,74	2,36	4,16	41,15
34/2	Гренки	<b>15</b>	1,14	0,12	7,38	35,25	<b>20</b>	1,52	0,16	9,84	47,00
17/2	Суп картофельный с горохом и говядиной	<b>156</b>	5,05	4,51	12,95	112,80	<b>206</b>	6,74	6,02	17,26	150,40
20/8	Тефтели мясные	<b>70</b>	10,12	11,30	6,51	168,05	<b>80</b>	11,57	12,91	7,44	192,06
45/3	Каша рисовая рассыпчатая	<b>110</b>	2,72	2,50	29,59	162,58	<b>150</b>	3,71	3,40	40,35	221,70
4/11	Соус сметанно-томатный	<b>15</b>	0,32	1,26	0,69	16,50	<b>30</b>	0,64	2,52	1,39	32,99
8/10	Компот из яблок сушеных	<b>150</b>	0,19	0,00	17,84	70,38	<b>180</b>	0,23	0,00	21,40	84,46
1	Хлеб пшеничный йодированный	<b>15</b>	1,19	0,15	7,24	32,04	<b>20</b>	1,58	0,20	9,66	42,72
2	Хлеб ржаной	<b>15</b>	0,99	0,16	5,01	24,75	<b>20</b>	1,32	0,24	6,68	33,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>576,00</b>	<b>22,16</b>	<b>21,42</b>	<b>89,70</b>	<b>647,04</b>	<b>756,00</b>	<b>28,05</b>	<b>27,81</b>	<b>118,18</b>	<b>845,48</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
2/6	Омлет запеченный или паровой	<b>80</b>	8,34	11,30	6,88	141,36	<b>100</b>	10,42	14,12	8,60	176,70
1/1	Горошек зеленый	<b>15</b>	0,28	0,23	0,46	5,03	<b>30</b>	0,56	0,46	0,92	10,06
6/10	Компот их сухофруктов	<b>150</b>	0,01	0,00	12,32	46,80	<b>180</b>	0,02	0,00	14,78	56,16
1	Хлеб пшеничный йодированный	<b>15</b>	1,19	0,15	7,24	32,04	<b>20</b>	1,58	0,20	9,66	42,72
	<b>Итого подник:</b>	<b>280,00</b>	<b>9,82</b>	<b>11,68</b>	<b>26,90</b>	<b>225,23</b>	<b>330,00</b>	<b>12,58</b>	<b>14,78</b>	<b>33,96</b>	<b>285,6</b>

											4
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1318,00</b>	<b>42,96</b>	<b>46,09</b>	<b>185,69</b>	<b>1305,37</b>	<b>1563,00</b>	<b>53,52</b>	<b>58,92</b>	<b>228,13</b>	<b>1630,29</b>

Неделя вторая

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

День: среда

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
15/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	<b>184</b>	6,07	5,76	28,58	183,47	<b>205</b>	6,74	6,40	31,76	203,86
11/10	Чай с лимоном	<b>150</b>	0,08	0,00	6,90	27,00	<b>180</b>	0,09	0,00	8,28	32,40
2/13	Батон с маслом сливочным и джемом	<b>28</b>	1,57	3,04	13,21	86,80	<b>42</b>	2,36	4,56	19,82	129,12
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>362,00</b>	<b>7,72</b>	<b>8,80</b>	<b>48,69</b>	<b>297,27</b>	<b>427,00</b>	<b>9,19</b>	<b>10,96</b>	<b>59,86</b>	<b>365,38</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
5/10	Напиток из яблок сушеных	100	0,19	0,00	17,84	70,38	<b>100</b>	0,19	0,00	17,84	70,84
3/2.,3/4	Пюре фруктовое/ Фрукт свежий(апельсин)	<b>50</b>	0,30	0,05	9,60	38,50	<b>100</b>	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>ОБЕД</b>										
2/2	Борщ с говядиной и сметаной	<b>156</b>	2,82	4,85	8,42	97,23	<b>206</b>	3,90	6,46	11,22	129,64
56	Куриная подлива	<b>55</b>	13,78	10,94	3,10	166,81	<b>65</b>	15,78	12,94	5,10	187,81
44/3	Каша гречневая рассыпчатая	<b>110</b>	7,19	5,12	29,98	192,41	<b>130</b>	12,14	6,05	35,44	227,38
9/10	Кисель из сока	<b>150</b>	0,24	0,00	28,68	111,83					
РЦ.10.86.10.590	Кисель с витаминами " Витошка" в ассортименте						<b>180</b>	0,00	0,00	34,42	24,00

1	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,19	0,15	7,24	32,04	20	1,58	0,20	9,66	42,72
2	Хлеб ржаной	15	0,99	0,16	5,01	24,75	20	1,32	0,24	6,68	33,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>501,00</b>	<b>26,21</b>	<b>21,22</b>	<b>82,43</b>	<b>625,07</b>	<b>621,00</b>	<b>34,72</b>	<b>25,89</b>	<b>102,52</b>	<b>644,55</b>
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>											
46/3	Макароны, запеченные с сыром	85	4,56	3,56	4,78	120,34	107	5,70	4,45	5,98	150,43
12/10	Компот из изюма	150	0,21	0,00	15,43	59,61	180	0,25	0,00	18,52	71,53
3/12	Крендель сахарный	70	5,51	8,73	47,08	250,85	70	5,51	8,73	47,08	250,85
	<b>Итого полдник:</b>	<b>305,00</b>	<b>10,28</b>	<b>12,29</b>	<b>67,29</b>	<b>430,80</b>	<b>357,00</b>	<b>11,46</b>	<b>13,18</b>	<b>71,58</b>	<b>472,81</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1204,00</b>	<b>44,70</b>	<b>42,36</b>	<b>225,85</b>	<b>1462,02</b>	<b>1479,00</b>	<b>55,96</b>	<b>50,43</b>	<b>261,60</b>	<b>1600,58</b>

Неделя вторая  
День: четверг

Возрастная категория с 1 до 3 лет

Возрастная категория с 3 до 7 лет

№ рецептуры	Прием пищи/ наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
			Белки	Жиры	Углеводы			Белки	Жиры	Углеводы	
	<b>ЗАВТРАК</b>										
14/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	184	5,36	5,81	27,36	181,12	205	5,96	6,46	30,40	201,24
14/10	Какао с молоком	150	3,09	2,97	18,87	112,69	180	3,71	3,56	22,64	135,23
3/13	Батон с сыром	24	2,43	1,76	10,28	66,96	36	3,64	2,64	15,42	100,44
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>358,00</b>	<b>10,88</b>	<b>10,54</b>	<b>56,51</b>	<b>360,77</b>	<b>421,00</b>	<b>13,31</b>	<b>12,66</b>	<b>68,46</b>	<b>436,91</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
15/10	Напиток из шиповника	100	0,16	0,00	7,83	32,12	100	0,16	0,00	7,83	32,12



4/4	Каша кукурузная молочная с маслом сливочным	184	4,91	5,80	29,77	188,59	205	5,46	6,44	33,08	209,54
13,/10	Кофейный напиток с молоком	150	2,39	2,61	11,23	77,15	180	2,86	3,13	13,48	92,57
1/13	Батон с маслом сливочным	25	1,56	3,66	10,37	80,70	38	2,35	5,48	15,55	121,05
	<b>Итого завтрак:</b>	<b>359,00</b>	<b>8,86</b>	<b>12,07</b>	<b>51,37</b>	<b>346,44</b>	<b>423,00</b>	<b>10,67</b>	<b>15,05</b>	<b>62,11</b>	<b>423,16</b>
	<b>2 ЗАВТРАК</b>										
5/10	Напиток из яблок сушеных	100	0,19	0,00	17,84	70,38					
РЦ.10.86.10.590	Напиток " Витошка с витаминами" в ассортименте						50	0,00	0,00	4,75	20,00
3/2,,3/1	Пюре фруктовое/Фрукт свежий(яблоко)	50	0,30	0,05	9,60	38,50	100	0,40	0,40	9,80	47,00
	<b>ОБЕД</b>										<b>67,00</b>
9/2	Рассольник с говядиной и сметаной	159	2,49	3,39	18,90	71,66	211	3,32	4,52	25,20	95,58
11/9	Кнели из мяса кур паровые	70	14,15	17,70	5,67	236,48					
45/3	Каша рисовая рассыпчатая	110	2,72	2,50	29,59	162,58					
4/9	Плов из мяса птицы						200	28,84	27,98	40,82	678,20
9/10	Кисель из сока	150	0,24	0,00	22,68	111,83	180	0,29	0,00	34,42	134,19
1	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,19	0,15	7,24	32,04	20	1,58	0,20	9,66	42,72
2	Хлеб ржаной	15	0,99	0,18	5,01	24,75	20	1,32	0,24	6,68	33,00
	<b>Итого обед:</b>	<b>519,00</b>	<b>21,78</b>	<b>23,92</b>	<b>89,09</b>	<b>639,34</b>	<b>631,00</b>	<b>35,35</b>	<b>32,94</b>	<b>116,78</b>	<b>983,69</b>
	<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>										
22/2	Икра овощная ЭКО	30	0,38	1,10	1,22	19,70	50	0,48	2,10	2,22	29,70
3/3	Картофельное пюре	100	4,02	6,50	19,30	134,02	150	6,03	9,75	28,95	144,00
24/12	Печенье						20	1,50	2,36	14,98	63,42
25/12	Коржик молочный	20	1,34	1,84	18,94	75,84					
10/10	Чай с сахаром	150	0,03	0,00	6,90	26,49	180	0,04	0,00	8,28	31,79
1	Хлеб пшеничный йодированный	15	1,19	0,15	7,24	32,04	20	1,58	0,20	9,66	42,72

	<b>Итого подник:</b>	<b>315,00</b>	<b>6,96</b>	<b>9,59</b>	<b>53,60</b>	<b>288,09</b>	<b>420,00</b>	<b>9,63</b>	<b>14,41</b>	<b>64,09</b>	<b>311,63</b>
	<b>ВСЕГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1343,00</b>	<b>42,54</b>	<b>47,95</b>	<b>204,00</b>	<b>1438,38</b>	<b>1600,58</b>	<b>56,39</b>	<b>59,46</b>	<b>258,63</b>	<b>1785,48</b>