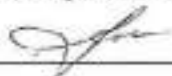


Согласовано

Руководитель

МКДОУ «Сухобузимский д/сад №4»

Комбинированного вида





« »

2022г.

Утверждаю





ИП Легова О.В.

«1» апреля 2022г.

ПРИМЕРНОЕ ЦИКЛИЧНОЕ МЕНЮ ДЛЯ ОРГАНИЗАЦИИ ПИТАНИЯ ДЕТЕЙ В ДОШКОЛЬНЫХ ОБРАЗОВАТЕЛЬНЫХ УЧРЕЖДЕНИЯХ

(Сухобузимский детский сад №4)

г. Красноярск

2022г.

	Сметана	8,00	9,00	8,00	9,00										
7	Каша гречневая рассыпчатая			150,00	220,00	10,78	17,52	9,32	15,40	25,11	31,98	205,78	341,00	0,94	1,23
	Тефтели			50,00	50,00										
	Крупа гречневая	46,00	60,00	46,00	60,00										
	Говядина бескостная	35,00	35,00	35,00	35,00										
	Крупа рисовая	5,00	5,00	5,00	5,00										
	Яйцо	6,00	6,00	6,00	6,00										
	Сметана	5,00	5,00	5,00	5,00										
	Мука пшеничная	3,00	3,00	3,00	3,00										
	Лук репчатый, х/о-16%	18,00	18,00	15,00	15,00										
	Или лук репчатый очищенный (п/ф)	15,00	15,00	15,00	15,00										
	Масло растительное	5,00	5,00	5,00	5,00										
	Масло сливочное	2,00	3,00	2,00	3,00										
8	Комплект сухофруктов			150,00	200,00	0,40	0,29	0,00	14,00	14,89	18,77	62,00	78,00	0,22	0,26
	Сухофрукты	11,00	13,00	11,00	13,00										
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00										
9	Хлеб ржаной	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00
	ВСЕГО:			535,00	730,00	16,43	24,91	20,84	43,29	64,60	82,46	491,22	701,07	9,57	12,91
	ПОЛДНИК														
10	Пирожок с картофелем			80,00	80,00	3,53	3,53	4,51	4,51	18,45	18,45	181,00	181,00	9,18	9,18
	Дрожжи прессованные	0,90	1,00	0,90	1,00										
	Мука пшеничная	40,00	40,00	40,00	40,00										
	Сахар (песок)	1,00	1,00	1,00	1,00										
	Масло сливочное	3,00	3,00	3,00	3,00										
	Молоко	9,00	9,00	9,00	9,00										
	Картофель	100,00	100,00	60,00	60,00										
	Лук репчатый, х/о-16%	7,00	7,00	6,00	6,00										
	Масло растительное	2,40	2,40	2,40	2,40										
11	Кисель ягодный			180,00	200,00	0,53	0,58	0,00	0,00	23,85	26,98	97,00	111,00	0,40	0,44
	Кисель ягодный	17,00	20,00	17,00	20,00										
	Сахар (песок)	7,00	8,00	7,00	8,00										
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00										
	ИТОГО:			1274,00	1561,00	25,42	35,80	31,18	55,92	144,76	175,63	1333,47	1624,32	23,08	26,93

№ ТК	ДЕНЬ 2 Наименование блюда и продуктов Возрастная категория: ясли/сад	Выход блюда		Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамины (мг)	
		ясли	сад	ясли	сад	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г		С			
		брутто	брутто	нетто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад
	ЗАВТРАК														
12	Каша "Рябчик"			150,00	200,00	4,45	6,15	5,24	7,26	18,10	25,23	136,00	189,00	1,43	1,90
	Молоко	100,00	100,00	100,00	100,00										
	Крупа гречневая	6,00	10,00	6,00	10,00										
	Крупа рисовая	9,00	12,00	9,00	12,00										
	Масло сливочное	2,50	3,00	2,50	3,00										
	Сахар (песок)	3,00	4,00	3,00	4,00										
13	Кофейный напиток на цельном молоке			180,00	200,00	2,40	3,26	3,52	4,40	15,02	18,29	101,36	125,80	1,31	1,65
	Молоко	50,00	50,00	50,00	50,00										
	Напиток кофейный	2,86	3,43	2,86	3,43										
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00										
14	Батон с маслом, сыром			36,00	60,00	3,04	4,97	6,82	8,16	10,91	20,70	117,18	176,12	0,06	0,08
	Сыр	8,60	12,90	8,00	12,00										
	Масло сливочное	6,00	6,00	6,00	6,00										
	Батон	22,00	42,00	22,00	42,00										
	ВСЕГО:			366,00	460,00	9,89	14,38	15,58	19,82	44,03	64,22	354,54	490,92	2,80	3,63
	ЗАВТРАК II														
15	Пшеница свежая	93,00	93,00	93,00	93,00	0,37	0,37	0,37	0,37	9,73	9,73	42,00	41,85	9,30	9,30
	ВСЕГО:			93,00	93,00	0,37	0,37	0,37	0,37	9,73	9,73	42,00	41,85	9,30	9,30
	ОБЕД														
	Салат из свеклы с соевым соусом			45,00	60,00	0,70	0,93	2,04	2,72	3,58	4,77	36,00	48,00	3,56	4,75
	Огурцы соленые	16,00	22,00	9,00	12,00										
	Свекла с 1.09-31.12, х/о 20%	45,00	88,00	38,00	50,00										
	Свекла с 01.01-31.08, х/о-25%	58,00	63,00	38,00	50,00										
	Или свекла очищенная (п/ф)	38,00	50,00	38,00	50,00										
	Масло растительное	2,00	3,00	2,00	3,00										
16	Суп «Полевик» с мясом и со сметаной			150,00	200,00	3,60	4,70	6,86	7,99	8,25	11,58	109,14	137,03	4,78	6,43
	Картофель с 01.09. по 31.10.-25%	57,00	77,00	43,00	58,00										
	Картофель с 01.03. по 31.08.-40%	72,00	97,00	43,00	58,00										
	Морковь с 1.09-31.12, х/о 20%	7,50	10,00	6,00	8,00										
	Морковь 01.01-31.08, х/о-25%	8,00	100,00	6,00	8,00										
	Крупа пшеничная	3,00	5,00	3,00	5,00										
	Лук репчатый, х/о-16%	7,00	10,00	6,00	8,00										
	Мясо (тушеная)	12,00	13,00	12,00	13,00										
	Сметана	8,00	9,00	8,00	9,00										
	Масло сливочное	4,50	5,00	4,50	5,00										
17	Фрикадельки из кур			50,00	50,00	9,00	12,30	14,50	18,47	2,00	2,24	178,00	225,00	0,38	0,49
	с макаронными изделиями отварными			80,00	100,00	2,94	3,60	3,15	3,92	17,17	20,99	104,00	128,00	0,00	0,00

	Макаронные изделия	27,00	33,00	27,00	33,00										
	Масло сливочное	4,00	5,00	4,00	5,00										
	Муры	55,00	61,00	48,00	54,00										
	Лук репчатый, х/о-16%	7,00	8,00	6,00	7,00										
	Или лук репчатый очищенный (п/ф)	6,00	7,00	6,00	7,00										
	Молоко	3,00	4,00	3,00	4,00										
	Масло сливочное	1,80	2,00	1,80	2,00										
	Яйцо	10,00	11,00	10,00	11,00										
	Хлеб пшеничный	7,00	8,00	7,00	8,00										
18	Компот из свежих фруктов			150,00	200,00	0,06	0,07	0,04	0,06	9,52	15,03	39,00	61,00	0,75	1,00
	Яблоки (фрукты свежие)	16,00	22,00	15,00	20,00										
	Сахар (песок)	8,00	10,00	8,00	10,00										
9	Хлеб ржаной	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00
	ВСЕГО:			515,00	660,00	17,94	23,90	27,07	33,76	53,88	71,31	530,46	680,43	9,47	12,67
	ПОЛДНИК														
20	Росалик творожный			80,00	80,00	5,10	5,10	6,06	6,06	26,89	26,89	242,00	242,00	0,07	0,07
	Дрожжи прессованные	0,90	1,00	0,90	1,00										
	Повидло	10,00	10,00	10,00	10,00										
	Мука пшеничная	40,00	40,00	40,00	40,00										
	Масло сливочное	6,00	6,00	6,00	6,00										
	Творог	20,00	20,00	20,00	20,00										
	Сахар (песок)	8,00	8,00	8,00	8,00										
	Яйцо	5,00	5,00	5,00	5,00										
	Масло растительное	0,40	0,40	0,40	0,40										
21	Чай с лимоном			180,00	200,00	0,04	0,04	0,00	0,00	10,10	13,12	41,00	54,00	1,60	2,00
	Чай ч/ байховый	0,45	0,54	0,45	0,54										
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00										
	Лимон	5,00	6,00	4,00	5,00										
	ВСЕГО:			260,90	281,00	5,14	5,14	6,06	6,06	36,99	40,01	283,00	296,00	1,67	2,07
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00										
	ИТОГО:			1234,90	1494,00	33,34	43,79	49,08	60,01	144,63	185,27	1210,00	1509,20	23,24	27,67

№ ТК	ДЕНЬ 3 Наименование блюд и продуктов Возрастная категория: ясли/сад	Выход блюда		Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		Витамин (мг)		
		ясли	сад	ясли	сад	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, г				С		
		брутто	брутто	нетто	нетто	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад			ясли	сад	
	ЗАВТРАК															
22	Макаронные изделия, запеченные с сыром			150,00	150,00	7,07	7,07	5,45	5,45	35,17	35,17	223,00	223,00	0,05	0,05	
	Макаронные изделия	53,00	53,00	53,00	53,00											
	Сыр	7,30	8,60	6,80	8,00											
	Масло сливочное	4,00	5,00	4,00	5,00											
23	Какао на цельном молоке			180,00	200,00	2,18	2,98	3,44	4,32	14,88	18,13	99,20	123,32	1,31	1,65	
	Молоко	70,00	70,00	70,00	70,00											
	Какао-напиток б/раст	1,43	1,72	1,43	1,72											
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00											
3	Батон с маслом			37,00	51,00	1,48	1,80	4,99	6,88	13,80	18,00	106,03	141,12	0,00	0,00	
	Батон	32,00	46,00	32,00	46,00											
	Масло сливочное	5,00	5,00	5,00	5,00											
	ВСЕГО:			367,00	401,00	10,73	11,85	13,88	16,65	63,85	71,30	428,23	487,44	1,36	1,70	
	ЗАВТРАК II															
4	Сок	125,00	125,00	125,00	125,00	0,13	0,13	0,00	0,00	11,38	11,38	46,25	46,25	2,50	2,50	
	ВСЕГО:			125,00	125,00	0,13	0,13	0,00	0,00	11,38	11,38	46,25	46,25	2,50	2,50	
	ОБЕД															
24	Салат из зеленого горошка с луком репчатым			35,00	10,00	0,95	1,39	2,07	3,04	2,31	3,39	31,00	45,55	3,40	4,99	
	Горошек консервированный	43,00	48,00	28,00	31,00											
	Лук репчатый, х/о-16%	7,00	8,00	6,00	7,00											
	Или лук репчатый очищенный (п/ф)	6,00	7,00	6,00	7,00											
	Масло растительное	2,00	3,00	2,00	3,00											
25	Борщ с мясом и со сметаной			150,00	200,00	3,40	4,30	6,84	8,36	4,80	6,51	94,36	118,48	6,13	8,06	
	Мясо (тушенка)	12,00	13,00	12,00	13,00											
	Картофель с 01.09. по 31.10.-25%	15,00	20,00	11,00	15,00											
	Картофель с 01.03. по 31.08.-40%	18,00	25,00	11,00	15,00											
	Лук репчатый, х/о-16%	7,00	10,00	6,00	8,00											
	Морковь с 1.09-31.12, х/о 20%	8,80	12,50	7,00	10,00											
	Морковь 01.01-31.08, х/о-25%	9,30	13,30	7,00	10,00											
	Свекла с 1.09-31.12, х/о 20%	29,00	39,00	23,00	31,00											
	Свекла с 01.01-31.08, х/о-25%	31,00	41,00	23,00	31,00											
	Томат - паста	3,00	4,00	3,00	4,00											
	Капуста белокочанная	15,00	20,00	12,00	16,00											
	Масло растительное	2,50	3,00	2,50	3,00											
	Сметана	8,00	9,00	8,00	9,00											
26	Рыба, тушеная в томате с овощами			160,00	175,00	11,54	12,62	6,11	6,68	2,90	3,62	127,75	139,73	2,74	3,00	

	с отварным рисом			150,00	180,00	2,57	4,32	1,79	2,75	21,11	35,55	130,00	216,00	0,00	0,00
	Крупа рисовая	38,00	64,00	38,00	64,00										
	Лук репчатый, х/о-16%	18,00	20,00	14,00	17,00										
	Или лук репчатый очищенный (п/ф)	14,00	17,00	14,00	17,00										
	Морковь с 1.09-31.12, х/о 20%	38,00	41,00	29,00	33,00										
	Морковь 01.01-31.08, х/о-25%	40,00	44,00	29,00	33,00										
	Или морковь очищенная (п/ф)	29,00	33,00	29,00	33,00										
	Филе рыбы	95,00	100,00	90,00	95,00										
	Томат - паста	2,00	3,00	2,00	3,00										
	Масло растительное	3,50	4,00	3,50	4,00										
	Масло сливочное	2,00	3,00	2,00	3,00										
11	Кисель ягодный			150,00	200,00	0,11	0,15	0,07	0,10	16,59	22,57	69,00	94,00	2,25	3,00
	Кисель ягодный	17,00	20,00	17,00	20,00										
	Сахар (песок)	8,00	8,00	8,00	8,00										
9	Хлеб ржачой	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00
	ВСИО:			248,00	298,00	5,16	8,01	4,34	6,39	36,78	55,64	225,32	342,95	3,40	4,99
	ПОЛДНИК														
27	Опья			40,00	75,00	3,72	6,98	3,78	7,09	22,88	42,90	131,00	246,53	0,30	0,56
	со стухенным молоком			15,00	20,00	1,08	1,44	1,27	1,70	8,32	11,10	49,00	66,00	0,15	0,20
	Мука пшеничная	24,00	44,00	24,00	44,00										
	Яйцо	2,00	4,00	2,00	4,00										
	Сахар (песок)	3,00	6,00	3,00	6,00										
	Дрожжи прессованные	0,80	2,00	0,80	2,00										
	Молоко	24,00	44,00	24,00	44,00										
	Масло растительное	4,50	5,00	4,50	5,00										
	Молоко стухенное	15,00	15,00	15,00	15,00										
3	Чай с сахаром			180,00	200,00	0,03	0,03	0,01	0,01	9,98	12,97	42,00	54,00	0,00	0,00
	Чай ч/ байховый	0,45	0,54	0,45	0,54										
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00										
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00										
	ИТОГО:			964,00	1105,00	19,77	27,00	22,01	30,14	144,87	194,19	872,80	1177,17	7,56	9,75

	Морковь с 1.09-31.12, х/о 20%	15,00	18,00	12,00	14,00										
	Куры	36,00	42,00	31,00	37,00										
	Масло растительное	4,00	4,50	4,00	4,50										
8	Компот из сухофруктов			150,00	200,00	0,40	0,29	0,00	14,00	14,89	18,77	62,00	78,00	0,22	0,26
	Сухофрукты	11,00	13,00	11,00	13,00										
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00										
9	Хлеб ржаной	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00
	ВСЕГО:			520,00	670,00	16,24	20,39	18,54	35,77	52,43	65,94	468,28	573,20	14,26	17,68
	ПОЛДНИК														
33	Шлежка наливная			80,00	80,00	5,18	5,18	5,92	5,92	26,19	26,19	234,00	234,00	0,10	0,10
	Масло растительное	0,20	0,20	0,20	0,20										
	Масло сливочное	2,00	2,00	2,00	2,00										
	Мука пшеничная	57,00	57,00	57,00	57,00										
	Яйцо	8,00	8,00	8,00	8,00										
	Дрожжи прессованные	0,90	1,00	0,90	1,00										
	Сметана	12,00	12,00	12,00	12,00										
	Сахар (песок)	3,00	3,00	3,00	3,00										
2-19/2-20	Чай с лимоном			180,00	200,00	0,04	0,04	0,00	0,00	10,10	13,12	41,00	54,00	1,60	2,00
	Чай ч/ байховый	0,45	0,54	0,45	0,54										
	Сахар (песок)	10,00	13,00	10,00	13,00										
	Лимон	5,00	6,00	4,00	5,00										
	ВСЕГО:			260,00	280,00	5,22	5,22	5,92	5,92	36,29	39,31	275,00	288,00	1,70	2,10
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00	3,00	3,00	0,00	0,00	14,00	17,00	66,00	83,00	0,00	0,00
	ИТОГО:			1260,00	1514,00	30,73	36,92	38,46	59,37	181,76	209,76	1214,84	1420,37	26,88	31,11

ВСЕГО:				260,00	280,00	9,64	9,84	5,65	5,97	39,88	42,34	306,68	320,20	0,91	1,04
Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00	3,00	3,00	0,00	0,00	14,00	17,00	66,00	83,00	0,00	0,00	
ИТОГО:				1331,00	1575,00	36,67	46,94	39,08	48,68	166,41	206,94	1240,38	1528,98	19,08	24,43

	Молоко	8,00	10,00	8,00	10,00										
	Мука пшеничная	2,00	3,00	2,00	3,00										
	Яйцо	7,00	9,00	7,00	9,00										
	Масло сливочное	2,50	3,00	2,50	3,00										
	Горох шлифованный	34,00	79,00	33,00	78,00										
	Масло сливочное	3,50	5,00	3,50	5,00										
4	Кисель ягодный			150,00	200,00	0,11	0,15	0,07	0,10	16,59	22,57	69,00	94,00	2,25	3,00
	Кисель ягодный	17,00	20,00	17,00	20,00										
	Сахар (песок)	8,00	8,00	8,00	8,00										
9	Хлеб ржаной	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00
	ВСЕГО:			549,00	779,00	21,11	26,37	18,92	25,39	59,54	92,87	480,97	695,33	8,20	10,03
	Уплотненный ПОЛДНИК														
33	Шанежа наливная			80,00	80,00	5,18	5,18	5,92	5,92	26,19	26,19	234,00	234,00	0,10	0,10
	Масло растительное	0,20	0,20	0,20	0,20										
	Масло сливочное	2,00	2,00	2,00	2,00										
	Мука пшеничная	57,00	57,00	57,00	57,00										
	Яйцо	8,00	8,00	8,00	8,00										
	Дрожжи прессованные	0,90	1,00	0,90	1,00										
	Сметана	12,00	12,00	12,00	12,00										
	Сахар (песок)	3,00	3,00	3,00	3,00										
21	Чай с лимоном			180,00	200,00	0,04	0,04	0,00	0,00	10,10	13,12	41,00	54,00	1,60	2,00
	Чай ч/ байховый	0,45	0,54	0,45	0,54										
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00										
	Лимон	5,00	6,00	4,00	5,00										
	ВСЕГО:			260,20	280,20	5,22	5,22	5,92	5,92	36,29	39,31	275,00	288,00	1,70	2,10
	На весь день														
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00										
	ИТОГО:			1322,20	1659,20	37,47	46,01	34,03	43,48	190,65	242,14	1417,22	1745,58	13,86	16,60

	Масло растительное	3,00	3,50	3,00	3,50										
19	Компот из свежих фруктов			150,00	200,00	0,06	0,07	0,04	0,06	9,52	15,03	39,00	61,00	0,75	1,00
	Яблоки (фрукты свежие)	16,00	22,00	15,00	20,00										
	Сахар (песок)	8,00	10,00	8,00	10,00										
9	Хлеб ржаной	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00
	ВСЕГО:			530,00	659,00	23,77	25,13	19,17	20,64	38,62	49,77	523,65	585,79	12,48	14,99
	ПОЛДНИК														
48	Пирожок с повидлом			80,00	80,00	8,34	8,34	3,73	3,73	26,08	26,08	230,00	230,00	0,13	0,13
	Масло растительное	0,20	0,20	0,20	0,20										
	Яйцо	4,00	4,00	4,00	4,00										
	Сахар (песок)	4,00	4,00	4,00	4,00										
	Мука пшеничная	50,00	50,00	50,00	50,00										
	Дрожжи прессованные	0,90	1,00	0,90	1,00										
	Молоко	12,00	12,00	12,00	12,00										
	Масло сливочное	1,00	1,00	1,00	1,00										
	Повидло	25,00	25,00	25,00	25,00										
2	Чай с сахаром			180,00	200,00	0,03	0,03	0,01	0,01	9,98	12,97	42,00	54,00	0,00	0,00
	Чай ч/ байховый	0,45	0,54	0,45	0,54										
	Сахар (песок)	10,00	13,00	10,00	13,00										
	ВСЕГО:			260,00	280,00	8,37	8,37	3,74	3,74	36,06	39,05	272,00	284,00	0,13	0,13
	На весь день														
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00										
	ИТОГО:			1209,00	1394,00	46,81	49,29	45,00	49,24	115,14	136,73	1212,73	1346,08	23,61	30,54

	Картофель с 01.01. по 28-29.02.-35%	128,00	139,00	83,00	90,00										
	Лук репчатый, х/о-16%	10,00	11,00	8,00	9,00										
	Морковь с 1.09-31.12, х/о 20%	10,00	12,50	8,00	9,00										
	Рыба (сайра) копченая	22,00	24,00	22,00	24,00										
	Крупа перловая	2,00	4,00	2,00	4,00										
52	Голубец легавый			90,00	90,00	9,50	9,50	6,27	6,27	4,52	4,52	112,00	112,00	5,08	5,08
	с пшеничной кашей			100,00	100,00	2,77	3,46	2,03	2,54	13,83	17,29	97,00	121,25	0,00	0,00
	с соусом томатным			15,00	15,00	0,19	0,19	0,58	0,58	0,95	0,95	10,00	10,00	0,90	0,90
	Говядина бескостная	51,00	51,00	47,00	47,00										
	Крупа рисовая	4,00	4,00	4,00	4,00										
	Яйцо	5,00	5,00	5,00	5,00										
	Капуста белокочанная	60,00	60,00	48,00	48,00										
	Лук репчатый, х/о-16%	6,00	6,00	5,00	5,00										
	Мука пшеничная	0,80	0,80	0,80	0,80										
	Масло сливочное	0,80	0,80	0,80	0,80										
	Томат - паста	2,00	2,00	2,00	2,00										
	Крупа пшеничная	60,00	60,00	60,00	60,00										
	Масло сливочное	5,00	5,00	5,00	5,00										
8	Композ. из сухофруктов			150,00	200,00	0,06	0,08	0,06	0,08	9,45	14,93	62,00	78,00	1,50	2,00
	Сухофрукты	11,00	13,00	11,00	13,00										
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00										
9	Хлеб ржаной	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00
	ВСЕГО:			670,00	765,00	20,43	22,60	12,29	13,40	60,53	75,92	481,32	559,10	21,10	23,89
	ПОЛДНИК														
53	Вареники легкие			155,00	155,00	14,79	14,79	15,34	15,34	24,56	24,56	295,93	295,93	0,31	0,31
	Масло сливочное	5,00	5,00	5,00	5,00	0,01	0,01	0,71	0,71	0,01	0,01	6,00	6,00	0,00	0,00
	Мука пшеничная	25,00	25,00	25,00	25,00										
	Сахар (песок)	9,00	9,00	9,00	9,00										
	Творог	90,00	90,00	125,00	125,00										
	Яйцо	9,00	10,00	10,00	10,00										
29	Чай с молоком			180,00	200,00	1,30	1,50	1,92	2,24	13,80	16,26	77,68	91,20	0,78	0,91
	Молоко	50,00	50,00	50,00	50,00										
	Чай ч/ байховый	0,47	0,56	0,47	0,56										
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00										
	ВСЕГО:			335,00	355,00	16,09	16,29	17,26	17,58	38,36	40,82	373,61	387,13	1,09	1,22
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00										
	ИТОГО:			800,00	909,00	27,53	32,73	27,99	32,60	100,52	122,73	762,82	913,78	13,03	13,96

	Масло сливочное	4,50	5,00	4,50	5,00											
	Сметана	8,00	9,00	8,00	9,00											
57	Поджарка из рыбы с картофелем пюре			60/100	80/125	10,48	11,90	7,06	7,95	14,00	15,45	158,70	175,63	9,50	11,02	
	Картофель	149,00	160,00	112,00	121,00											
	Молоко	12,00	17,00	12,00	17,00											
	Рыба с/м	63,00	77,00	56,00	70,00											
	Лук репчатый, х/о-16%	10,00	12,00	8,00	10,00											
	Масло растительное	3,00	4,00	3,00	4,00											
	Масло сливочное	3,00	4,00	3,00	4,00											
	Мука пшеничная	4,00	5,00	4,00	5,00											
38	Напиток ас шиповника			180,00	180,00	0,40	0,40	0,00	0,00	14,89	14,89	78,00	78,00	0,26	0,26	
	Шиповник	11,00	11,00	11,00	11,00											
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00											
9	Хлеб ржаной	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00	
	ВСЕГО:			#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	16,16	19,38	18,42	21,80	53,31	61,98	458,14	533,69	18,10	22,60	
	ПОЛДНИК															
21	Чай с лимоном			180,00	200,00	0,04	0,04	0,00	0,00	10,10	13,12	41,00	54,00	1,60	2,00	
	Чай ч/ байховый	0,45	0,54	0,45	0,54											
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00											
	Лимон	5,00	6,00	4,00	5,00											
20	Рогалик горожский			80,00	80,00	5,10	5,10	6,06	6,06	26,89	26,89	242,00	242,00	0,07	0,07	
	Дрожжи прессованные	0,90	1,00	0,90	1,00											
	Повидло	10,00	10,00	10,00	10,00											
	Мука пшеничная	40,00	40,00	40,00	40,00											
	Масло сливочное	6,00	6,00	6,00	6,00											
	Творог	20,00	20,00	20,00	20,00											
	Сахар (песок)	8,00	8,00	8,00	8,00											
	Яйцо	5,00	5,00	5,00	5,00											
	Масло растительное	0,40	0,40	0,40	0,40											
	ВСЕГО:			260,00	280,00	5,14	5,14	6,06	6,06	36,99	40,01	283,00	296,00	1,67	2,07	
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00											
	ИТОГО:			#ЗНАЧ!	#ЗНАЧ!	29,81	35,44	38,39	46,39	156,03	183,04	1299,22	1498,98	31,84	37,53	

	Горох или фасоль	11,00	14,00	10,00	13,00											
	Масло сливочное	4,50	5,00	4,50	5,00											
61	Макароны (отварные со шпинатом)			85,00	50,00	1,16	5,95	1,51	2,79	18,51	34,93	97,14	182,00	0,00	0,00	
				60,00	60,00	7,91	7,91	7,27	7,27	6,24	6,24	121,00	121,00	0,84	0,84	
	Говядина бескостная	45,00	45,00	41,00	41,00											
	Хлеб пшеничный	9,00	9,00	9,00	9,00											
	Яйцо	8,00	8,00	8,00	8,00											
	Лук репчатый, х/о-16%	8,00	8,00	7,00	7,00											
	Масло растительное	3,00	3,00	3,00	3,00											
	Мука пшеничная	2,00	2,00	2,00	2,00											
	Молоко	11,00	11,00	11,00	11,00											
	Макаронные изделия	29,00	51,00	29,00	51,00											
	Масло сливочное	4,00	5,00	4,00	5,00											
2	Чай с сахаром			180,00	200,00	0,03	0,03	0,01	0,01	9,98	12,97	42,00	54,00	0,00	0,00	
	Чай ч/ байховый	0,45	0,54	0,45	0,54											
	Сахар (песок)	10,00	10,00	10,00	10,00											
9	Хлеб ржачий	40,00	50,00	40,00	50,00	1,64	2,30	0,48	0,60	13,36	16,70	64,32	81,40	0,00	0,00	
	ВСЕГО:			560,00	720,00	20,74	26,86	18,80	23,38	65,44	93,98	510,46	686,40	8,54	11,10	
	ПОЛДНИК															
62	Булочка "Росинка"			80,00	80,00	4,14	4,14	6,20	6,20	30,08	30,08	254,00	254,00	0,03	0,03	
	Дрожжи прессованные	0,90	1,00	0,90	1,00											
	Масло сливочное	5,00	5,00	5,00	5,00											
	Масло растительное	2,40	2,40	2,40	2,40											
	Молоко	2,00	2,00	2,00	2,00											
	Мука пшеничная	50,00	50,00	50,00	50,00											
	Сахар (песок)	12,00	12,00	12,00	12,00											
	Яйцо	5,00	5,00	5,00	5,00											
63	Кисломолочный продукт	154,00	154,00	150,00	150,00	4,36	4,36	3,76	3,76	6,00	6,00	79,50	79,50	1,06	1,06	
	ВСЕГО:			230,00	230,00	8,50	8,50	9,96	9,96	36,08	36,08	333,50	333,50	1,09	1,09	
	Соль йодированная	4,00	6,00	4,00	6,00											
	ИТОГО:			1283,00	1530,00	39,31	49,57	38,87	47,51	163,43	209,09	1223,41	1520,47	14,90	18,30	