

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Ивановская СОШ»
А.И. Трубецкой
Приказ № 46 от 09.02.2023 г.



**10- дневное меню для питания
воспитанников от 3 до 7 лет
(период весенне- летний и осенне- зимний)**

Ивановка 2023г.

ОГЛАСОВАНО

Ф-повар МБОУ «Ивановская СОШ»
школьный уровень)

/М.Н.Кочарян/

УТВЕРЖДАЮ
Директор МБОУ «Ивановская СОШ»
(А.И. Грубецкой/
Ивановская СОШ»
09.02.2023 № 46



Меню приготавливаемых блюд

возрастная

категория: 3-7 лет

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День 1 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	175	6,83	13,06	21,07	230,12	120
	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	25	1,57	3,65	10,36	80,7	1
	Какао с молоком	200	4,00	5,86	24,36	96	382
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	12,40	22,57	55,79	406,82	
ЗАВТРАК 2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,41	0,08	13,10	70	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,41	0,08	13,10	70	
ОБЕД							
	Салат из моркови с яблоками или черносливом	50	0,53	0,09	4,26	19,95	59
	Суп картофельный с клецками	180	8,86	7,49	24,19	145,8	108
	Птица или кролик отварные (с соусом)	70	7,00	12,28	1,86	91	288
	Каша рассыпчатая гречневая	130	2,86	4,35	20,02	91	171
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	11,84	45,13	349
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	Н
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	Н
ИТОГО ЗА ОБЕД		662	22,85	24,75	63,34	513,52	
ПОЛДНИК							
	Печенье	55	1,10	5,50	57,70	269,5	Н
	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	3,64	14,84	359
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		255	1,10	5,50	61,34	284,34	
УЖИН							
	Омлет с сыром	170	17,27	24,12	2,89	298,44	211
	Чай с сахаром	180	0,11	0,00	7,99	31,32	376
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	Н

	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА УЖИН		402	20,93	24,66	12,05	450,4	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1819	57,69	77,56	205,62	1725,08	
День 2 (вторник)							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из ячневой крупы (с маслом или сахаром)	190	7,07	7,77	28,56	212,63	174
	Бутерброды с джемом или повидлом (повидло)	30	0,41	0,30	13,72	60,04	2
	Кофейный напиток с молоком	180	3,94	4,30	15,07	96,01	379
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	11,42	12,37	57,35	368,68	
ЗАВТРАК 2	Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	338
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,40	0,40	9,80	47	
ОБЕД	Винегрет овощной	50	1,43	4,12	5,51	64,71	67
	Щи из свежей капусты с картофелем	180	7,33	6,44	11,65	131,4	88
	Тефтели 2-й вариант в соусе сметанном	70	8,01	10,05	9,44	160,72	279
	Картофель и овощи тушеные	130	3,45	2,03	37,80	54,25	142
	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	180	0,31	0,31	16,65	70,92	342
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА ОБЕД		662	24,08	23,49	82,22	602,64	
ПОЛДНИК	Запеканка манная (с молоком стуженным)	70	2,10	3,87	19,47	161	186
	Йогурт 1,5% жирности	180	7,38	2,70	10,62	102,6	H
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	9,48	6,57	30,09	263,6	
УЖИН	Рис припущенный	150	2,70	3,60	27,84	184,59	305
	Овощи, припущенные с маслом	60	0,95	1,39	6,23	53,86	316
	Сок овощные, фруктовые и ягодные	100	0,41	0,08	13,10	70	389
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА УЖИН		362	7,61	5,61	48,34	429,09	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1774	52,99	48,44	227,80	1711,01	
День 3 (среда)							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная из риса и пшена (с маслом и сахаром)	190	3,80	5,81	30,67	286,8	175
	Бутерброд с сыром	33	3,52	3,30	13,58	59,4	3
	Чай с сахаром	180	0,11	0,00	7,99	31,32	376

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		403	7,43	9,11	52,24	377,52
ЗАВТРАК						
2	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,41	0,08	13,10	70
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,41	0,08	13,10	70
ОБЕД						
	Салат картофельный с кукурузой и морковью	50	0,76	3,12	4,47	45,02
	Рассольник ленинградский	180	6,08	5,87	28,15	144,97
	Котлеты или биточки рыбные (с маслом)	70	16,75	4,71	6,48	134,22
	Капуста тушеная	130	2,65	1,76	8,49	61,91
	Компот из плодов или ягод сушеных (Курага)	180	1,73	0,11	27,76	118,19
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18
ИТОГО ЗА ОБЕД		662	31,52	16,11	76,52	624,95
ПОЛДНИК						
	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоком	60	0,60	1,34	52,64	180
	Молоко кипяченое	190	5,51	4,75	9,12	101,65
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	6,11	6,09	61,76	281,65
УЖИН						
	Запеканка из творога (с молоком сгущенным)	190	20,16	19,80	17,37	286,06
	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	3,64	14,84
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18
ИТОГО ЗА УЖИН		442	23,71	20,34	22,18	421,54
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1857	69,18	51,73	225,80	1775,66
День 4 (четверг)						
ЗАВТРАК						
	Каша жидкая молочная из манной крупы (с маслом или сахаром или вареньем)	195	3,90	3,90	65,38	234,33
	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	25	1,57	3,65	10,36	80,7
	Чай с молоком или сливками	180	2,83	2,88	11,47	83,36
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	8,30	10,43	87,21	398,39
ЗАВТРАК						
	Плоды и ягоды свежие (Бананы)	100	1,50	0,50	21,00	96
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	1,50	0,50	21,00	96
ОБЕД						
	Салат из свеклы с зеленым горошком	50	0,82	2,06	3,64	36,45
	Борщ с капустой и картофелем	180	1,80	3,60	38,59	243
	Гуляш из отварной говядины	70	8,41	8,81	2,23	122,05
	Каша рассыпчатая перловая	130	2,60	1,38	37,30	123,3
	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	3,64	14,84
						359

	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	Н	
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	Н	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	682	17,18	16,39	86,57	660,28		
	ПОЛДНИК	60	4,63	6,34	34,05	213,81	425	
	Булочка дорожная							
	Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран	190	5,51	4,75	7,98	83,6	386	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10,14	11,09	42,03	297,41		
	УЖИН	180	6,43	15,07	18,92	274,23	121	
	Суп молочный с крупой (рисовой)							
	Чай с сахаром	180	0,11	0,00	7,99	31,32	376	
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	Н	
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	Н	
	ИТОГО ЗА УЖИН	412	10,09	15,61	28,08	426,19		
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1844	47,21	54,02	264,89	1878,27		
	День 5 (пятница)							
	ЗАВТРАК	170	9,69	16,59	6,66	162,81	210	
	Омлет натуральный							
	Бутерброд с сыром	33	3,52	3,30	13,58	59,4	3	
	Какао с молоком	200	4,00	5,86	24,36	96	382	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	403	17,21	25,75	44,60	318,21		
	ЗАВТРАК	100	0,41	0,08	13,10	70	389	
	Соки овощные, фруктовые и ягодные							
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100	0,41	0,08	13,10	70		
	ОБЕД	50	2,76	3,15	9,09	59,24	49	
	Салат витаминный (2 вариант)							
	Суп картофельный с крупой (рисовой) со сметаной	180	5,40	7,20	21,60	98,44	101	
	Рыба, тушенная в томате с овощами	70	10,83	4,42	11,14	91,06	229	
	Пюре картофельное/ Картофель отварной	130	2,60	2,47	32,07	96,38	312	
	Компот из свежих плодов (яблоко, айва или груша)	180	0,31	0,31	16,65	70,92	342	
	Гренка из пшеничного хлеба	25	1,25	2,50	17,50	62,5	116	
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	Н	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	659	24,49	20,31	108,63	533,72		
	ПОЛДНИК	40	0,88	1,12	44,44	152,84	10.10.1.1	
	Вафли							
	Чай с лимоном	200	0,46	0,00	9,14	80	377	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	240	1,34	1,12	53,58	232,84		
	УЖИН	130	1,30	2,39	45,50	234	205	
	Макаронны отварные с овощами							
	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	3,64	14,84	359	
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	Н	

	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА УЖИН		382	4,85	2,93	50,31	369,48	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1784	48,30	50,19	270,22	1524,25	
День 6 (понедельник)							
ЗАВТРАК	Каша жидкая молочная пшеничая	195	1,95	3,90	67,47	253,21	173
	Бутерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	25	1,57	3,65	10,36	80,7	1
	Чай с сахаром	180	0,11	0,00	7,99	31,32	376
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	3,63	7,55	85,82	365,23	
ЗАВТРАК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,41	0,08	13,10	70	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,41	0,08	13,10	70	
ОБЕД	Салат из моркови с курагой	50	0,85	0,69	8,26	42,65	63
	Суп из овощей	200	14,62	13,66	24,66	240,96	99
	Плов из птицы или кролика	150	11,80	13,29	18,02	193,79	291
	Компот из смеси сухофруктов	180	0,05	0,00	11,84	45,13	349
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА ОБЕД		632	30,87	28,18	63,95	643,17	
ПОЛДНИК	Печенье	55	1,10	5,50	57,70	269,5	H
	Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	3,64	14,84	359
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		255	1,10	5,50	61,34	284,34	
УЖИН	Суп молочный с крупой гречневой	180	3,69	7,40	45,81	234,85	121
	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	180	0,31	0,31	16,65	70,92	342
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА УЖИН		412	7,55	8,25	63,63	426,41	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1799	43,56	49,56	287,84	1789,15	
День 7 (вторник)							
ЗАВТРАК	Запеканка из творога (с молоком стуженным)	190	20,16	19,80	17,37	286,06	223
	Бутерброды с джемом или повидлом (повидло)	30	0,41	0,30	13,72	60,04	2
	Кофейный напиток с молоком	180	3,94	4,30	15,07	96,01	379
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		400	24,51	24,40	46,16	442,11	
ЗАВТРАК	Плоды или ягоды свежие (Яблоки)	100	0,40	0,40	9,80	47	338

ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2									
ОБЕД		100	0,40	0,40	0,40	9,80	47		
	Салат из свеклы отварной	50	0,70	3,01	4,13	46,4	52		
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	10,30	9,25	20,12	180,07	103		
	Котлеты, биточки, шницели (с маслом) из говядины	70	7,94	8,39	5,30	126,85	268		
	Рагу из овощей	130	2,61	5,06	27,11	169	143		
	Компот из свежих плодов (яблоко, айва или груша)	180	0,31	0,31	16,65	70,92	342		
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H		
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H		
	ИТОГО ЗА ОБЕД	662	25,41	26,56	74,48	713,88			
	ПОЛДНИК								
	Пирожки печеные из дрожжевого теста с яблоком	60	0,60	1,34	52,64	180	406		
	Напиток "Снежок" 2,5% жирности	190	1,90	4,75	7,98	134,9	386		
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	2,50	6,09	60,62	314,9			
	УЖИН								
	Омлет натуральный	170	9,69	16,59	6,66	162,81	210		
	Салат из горошка зеленого консервированного	50	10,93	3,07	25,32	166,26	10		
	Чай с молоком или сливками	180	2,83	2,88	11,47	83,36	378		
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H		
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H		
	ИТОГО ЗА УЖИН	452	27,00	23,08	44,62	533,07			
	ИТОГО ЗА ДЕНЬ:	1864	79,82	80,53	235,68	2050,96			
	День в (среда)								
	ЗАВТРАК								
	Каша жидкая молочная Геркулес (с маслом и сахаром)	200	2,66	5,34	46,66	160	173		
	Булерброд с маслом (сливочным или шоколадным)	25	1,57	3,65	10,36	80,7	1		
	Чай с молоком или сливками	180	2,83	2,88	11,47	83,36	378		
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	405	7,06	11,87	68,49	324,06			
	ЗАВТРАК								
	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,41	0,08	13,10	70	389		
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2	100	0,41	0,08	13,10	70			
	ОБЕД								
	Салат из белокочанной капусты	50	0,65	1,62	3,13	29,8	45		
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	180	3,26	2,29	16,22	62,73	102		
	Рыба, тушенная в томате с овощами	70	10,83	4,42	11,14	91,06	229		

Макаронные изделия отварные с маслом										
Компот из плодов или ягод сушеных (Курага)	130	4,73	5,02	26,39	156,62	203				
Гренка из пшеничного хлеба	180	1,73	0,11	27,76	118,19	348				
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	2,50	17,50	62,5	116				
Итого за ОБЕД	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H				
Итого за ПОЛДНИК	659	23,79	16,22	102,72	576,08					
Вапрушки (из дрожжевого теста) с повидлом	60	1,20	1,70	30,68	138,01	410				
Молоко кипяченое	190	5,51	4,75	9,12	101,65	385				
Итого за ПОЛДНИК	250	6,71	6,45	39,80	239,66					
Итого за УЖИН										
Картофель, запеченый брусочками, дольками, кубиками или ломтиками	130	1,30	11,78	39,18	260	147				
Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	3,64	14,84	359				
Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H				
Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H				
Итого за УЖИН	382	4,85	12,32	43,99	395,48					
Итого за ДЕНЬ:	1796	42,82	46,94	268,10	1605,28					
День 9 (четверг)										
ЗАВТРАК										
Омлет натуральный	170	9,69	16,59	6,66	162,81	210				
Булгурод с сыром	33	3,52	3,30	13,58	59,4	3				
Каша с молоком	200	4,00	5,86	24,36	96	382				
Итого за ЗАВТРАК	403	17,21	25,75	44,60	318,21					
Итого за ЗАВТРАК 2										
Плоды и ягоды свежие (Бананы)	100	1,50	0,50	21,00	96	338				
Итого за ЗАВТРАК 2	100	1,50	0,50	21,00	96					
Итого за ОБЕД										
Салат овощной с яблоками	50	0,56	4,99	3,58	62,55	56				
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	180	3,60	5,40	37,15	270	84				
Жаркое по-домашнему	150	6,93	8,91	29,67	229,7	259				
Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	3,64	14,84	359				
Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H				
Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H				
Итого за ОБЕД	632	14,64	19,84	75,21	697,73					
Итого за ПОЛДНИК										
Булочка домашняя	60	3,70	6,26	40,72	126,7	424				
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран	190	5,51	4,75	7,98	83,6	386				
Итого за ПОЛДНИК	250	9,21	11,01	48,70	210,3					
Итого за УЖИН										
Сырники из творога (с молоком стуженным или вареным)	150	26,66	21,53	15,39	361,89	219				
Чай с сахаром	180	0,11	0,00	7,99	31,32	376				

Макаронные изделия отварные с маслом										
Компот из плодов или ягод сушеных (Курага)	130	4,73	5,02	26,39	156,62	203				
Гренка из пшеничного хлеба	180	1,73	0,11	27,76	118,19	348				
Хлеб ржано-пшеничный	25	1,25	2,50	17,50	62,5	116				
Итого за ОБЕД	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H				
Итого за ПОЛДНИК	659	23,79	16,22	102,72	576,08					
Вапрушки (из дрожжевого теста) с повидлом	60	1,20	1,70	30,68	138,01	410				
Молоко кипяченое	190	5,51	4,75	9,12	101,65	385				
Итого за ПОЛДНИК	250	6,71	6,45	39,80	239,66					
Картофель, запеченный брусочками, дольками, кубиками или ломтиками	130	1,30	11,78	39,18	260	147				
Кисель из плодово-ягодного концентрата	200	0,00	0,00	3,64	14,84	359				
Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H				
Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H				
Итого за УЖИН	382	4,85	12,32	43,99	395,48					
Итого за ДЕНЬ:	1796	42,82	46,94	268,10	1605,28					
День, 9 (четверг)										
ЗАВТРАК	170	9,69	16,59	6,66	162,81	210				
Омлет натуральный	33	3,52	3,30	13,58	59,4	3				
Булерброд с сыром	200	4,00	5,86	24,36	96	382				
Каша с молоком	403	17,21	25,75	44,60	318,21					
Итого за ЗАВТРАК	100	1,50	0,50	21,00	96	338				
Плоды и ягоды свежие (Бананы)	100	1,50	0,50	21,00	96	338				
Итого за ЗАВТРАК 2	100	1,50	0,50	21,00	96	338				
ОБЕД	50	0,56	4,99	3,58	62,55	56				
Салат овощной с яблоками	180	3,60	5,40	37,15	270	84				
Борщ с фасолью и картофелем со сметаной	150	6,93	8,91	29,67	229,7	259				
Жаркое по-домашнему	200	0,00	0,00	3,64	14,84	359				
Кисель из плодово-ягодного концентрата	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H				
Хлеб пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H				
Хлеб ржано-пшеничный	632	14,64	19,84	75,21	697,73					
Итого за ОБЕД	60	3,70	6,26	40,72	126,7	424				
ПОЛДНИК	190	5,51	4,75	7,98	83,6	386				
Булочка домашняя	250	9,21	11,01	48,70	210,3					
Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка, айран	150	26,66	21,53	15,39	361,89	219				
Итого за ПОЛДНИК	180	0,11	0,00	7,99	31,32	376				
Сырники из творога (с молоком стуженным или вареным)										
Чай с сахаром										

	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА УЖИН		382	30,32	22,07	24,55	513,85	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1767	72,88	79,17	214,06	1836,09	
День 10 (пятница)							
ЗАВТРАК	Каши жидкая молочная из риса (с маслом и сахаром)	195	1,95	2,34	66,98	181,74	174
	Булгуровый с джемом или повидлом (повидло)	30	0,41	0,30	13,72	60,04	2
	Кофейный напиток с молоком	180	3,94	4,30	15,07	96,01	379
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		405	6,30	6,94	95,77	337,79	
ЗАВТРАК	Соки овощные, фруктовые и ягодные	100	0,41	0,08	13,10	70	389
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2		100	0,41	0,08	13,10	70	
ОБЕД	Салат картофельный с солеными огурцами и зеленым горошком	50	0,88	3,09	4,62	49,75	42
	Суп "Пахтерский"	180	5,40	5,22	22,64	188,23	101
	Шницель рыбный натуральный (с соусом)	70	7,66	4,03	6,17	91,2	235
	Капуста тушеная	130	2,65	1,76	8,49	61,91	139
	Компот из свежих плодов (яблоки, айва или груша)	180	0,31	0,31	16,65	70,92	342
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА ОБЕД		662	20,45	14,95	59,74	582,65	
ОБЕДНИК	Цифры	40	0,88	1,12	44,44	152,84	10.10.1.1
	Молоко кипяченое	190	5,51	4,75	9,12	101,65	385
ИТОГО ЗА ОБЕДНИК		230	6,39	5,87	53,56	254,49	
ИТОГО ЗА УЖИН	Макаронные отварные с сыром	130	5,38	5,50	25,43	172,85	204
	Чай с лимоном	200	0,46	0,00	9,14	80	377
	Хлеб пшеничный	28	2,21	0,28	0,59	65,46	H
	Хлеб ржано-пшеничный	24	1,34	0,26	0,58	55,18	H
ИТОГО ЗА УЖИН		382	9,39	6,04	35,74	373,49	
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1779	42,94	33,88	257,91	1618,42	
ИТОГО ЗА ВСЮ ПЕРИОД:		18083	557,39	572,02	2457,92	17514,17	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		1808,3	55,74	57,20	245,79	1751,417	

