

Категория: Дети 1-3 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
<b>День 1</b>								
ЗАВТРАК	Макароны отварные с сыром	150	8.71	7.7	32.03	232.93	0.105	206
ЗАВТРАК	Чай с сахаром	150	9.	2.29	9.75	36.96	4.5	136
ЗАВТРАК	Вафли	20	0.64	0.56	16.22	68.42	0	152
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>320</b>	<b>18.35</b>	<b>10.55</b>	<b>58.</b>	<b>338.31</b>	<b>4.605</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый или овощной	80	0.39	0.08	7.84	35.7	1.552	134
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>80</b>	<b>0.39</b>	<b>0.08</b>	<b>7.84</b>	<b>35.7</b>	<b>1.552</b>	
ОБЕД	Салат из моркови	40	0.5	0.84	4.64	28.21	1.728	41
ОБЕД	Суп картофельный на мясном бульоне со сметаной	150	2.58	3.84	16.66	112.58	16.335	77
ОБЕД	Голубцы ленивые с отварным мясом	180	10.46	12.15	12.4	201.65	38.538	94a
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0.31	0.04	14.22	58.47	0.21	126
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>570</b>	<b>17.64</b>	<b>17.43</b>	<b>71.24</b>	<b>514.51</b>	<b>56.811</b>	
ПОЛДНИК	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4.7	6.77	17.84	151.96	1.47	70a
ПОЛДНИК	Кофейный напиток на молоке	180	4.16	4.57	12.91	110.61	1.764	130
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
ПОЛДНИК	Сдоба обыкновенная	60	5.73	4.91	39.94	225.2	0.246	466
ПОЛДНИК	Яблоки свежие	75	0.3	0.3	7.35	33	7.5	368
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>485</b>	<b>16.49</b>	<b>16.75</b>	<b>87.86</b>	<b>568.37</b>	<b>10.98</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1455</b>	<b>52.87</b>	<b>44.81</b>	<b>224.94</b>	<b>1456.89</b>	<b>73.948</b>	
<b>День 2</b>								
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	150	4.7	7.08	16.82	150.52	1.47	69
ЗАВТРАК	Чай с молоком или сливками	150	2.22	2.4	8.02	62.53	0.99	394
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	25	1.77	3.75	10.53	83.12	0	1
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>325</b>	<b>8.69</b>	<b>13.23</b>	<b>35.37</b>	<b>296.17</b>	<b>2.46</b>	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0.29	2.46	1.52	28.15	6.68	15
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем на курином бульоне (с курицей)со сметаной	150	6.48	7.23	5.76	112.79	19.125	67
ОБЕД	Пюре картофельное	120	2.64	3.56	17.64	113.57	20.76	321
ОБЕД	Шницель рыбный натуральный	60	9.77	4.03	4.24	92.29	1.632	258
ОБЕД	Компот из свежемороженых ягод	150	0.	0.	8.98	35.91	0	127
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>570</b>	<b>22.97</b>	<b>17.84</b>	<b>61.46</b>	<b>496.31</b>	<b>48.197</b>	
ПОЛДНИК	Запеканка творожная с изюмом	120	13.6	9.34	13.98	194.03	0.864	82
ПОЛДНИК	Соус сладкий из кураги	30	0.19	0.01	4.61	18.93	0.15	116
ПОЛДНИК	Кефир	150	4.35	4.8	10.48	106.46	1.05	401
ПОЛДНИК	Бананы	100	0.5	1.5	21.	96	10	156
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>400</b>	<b>18.64</b>	<b>15.65</b>	<b>50.07</b>	<b>415.42</b>	<b>12.064</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1295</b>	<b>50.3</b>	<b>46.72</b>	<b>146.9</b>	<b>1207.9</b>	<b>62.721</b>	
<b>День 3</b>								
ЗАВТРАК	Суп молочный манный	150	4.21	5.07	16.18	127.26	1.47	92
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3.67	3.83	11.29	94.3	1.422	397
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром	25	2.83	4.32	8.24	83.64	0.043	3
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>355</b>	<b>10.71</b>	<b>13.22</b>	<b>35.71</b>	<b>305.2</b>	<b>2.935</b>	

<b>ЗАВТРАК 2</b>	Сок фруктовый или овощной	80	0.39	0.08	7.84	35.7	1.552	134
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>80</b>	<b>0.39</b>	<b>0.08</b>	<b>7.84</b>	<b>35.7</b>	<b>1.552</b>	
<b>ОБЕД</b>	Салат из моркови	40	0.5	0.84	4.64	28.21	1.728	41
<b>ОБЕД</b>	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	150	5.19	3.35	11.68	95.99	6.975	81
<b>ОБЕД</b>	Капуста тушеная с мясом кур	180	10.64	12.69	10.76	201.11	47.394	50
<b>ОБЕД</b>	Компот из сухофруктов	150	0.31	0.04	14.22	58.47	0.21	126
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>570</b>	<b>20.43</b>	<b>17.48</b>	<b>64.62</b>	<b>497.38</b>	<b>56.307</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Омлет натуральный	110	10.31	13.52	3.06	177.46	0.429	215
<b>ПОЛДНИК</b>	Салат из горошка зеленого консервированного	40	1.18	2.07	2.47	33.18	3.8	10
<b>ПОЛДНИК</b>	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с лимоном	150	0.11	0.01	8.51	34.17	2.355	393
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>320</b>	<b>13.2</b>	<b>15.8</b>	<b>23.86</b>	<b>292.41</b>	<b>6.584</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1325</b>	<b>44.73</b>	<b>46.58</b>	<b>132.03</b>	<b>1130.69</b>	<b>67.378</b>	
<b>День 4</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша гречневая молочная жидкая	150	5.21	6.87	18.42	157.12	1.47	66
<b>ЗАВТРАК</b>	Кофейный напиток на молоке	180	4.16	4.57	12.91	110.61	1.764	130
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с маслом	25	1.77	3.75	10.53	83.12	0	1
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>355</b>	<b>11.14</b>	<b>15.19</b>	<b>41.86</b>	<b>350.85</b>	<b>3.234</b>	
<b>ОБЕД</b>	Суп с рыбными консервами	150	5.52	2.14	9.29	78.75	8.46	87
<b>ОБЕД</b>	Свекла тушеная	70	1.27	0.92	7.29	42.71	7.84	61
<b>ОБЕД</b>	Тефтели мясо-крупяные	100	14.97	12.34	10.74	213.98	0.19	108
<b>ОБЕД</b>	Соус сметанный	30	0.52	1.61	1.9	24.41	0.042	354
<b>ОБЕД</b>	Компот из свежемороженых ягод	150	0.	0.	8.98	35.91	0	127
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>550</b>	<b>26.07</b>	<b>17.57</b>	<b>61.52</b>	<b>509.36</b>	<b>16.532</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Запеканка из творога с морковью	120	12.98	12.26	19.39	238.21	1.692	238
<b>ПОЛДНИК</b>	Соус молочный (сладкий)(шоколадный)	30	0.64	1.36	4.95	34.03	0.195	351
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с сахаром	150	9.	2.29	9.75	36.96	4.5	136
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>300</b>	<b>22.62</b>	<b>15.91</b>	<b>34.09</b>	<b>309.2</b>	<b>6.387</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1205</b>	<b>59.83</b>	<b>48.67</b>	<b>137.47</b>	<b>1169.41</b>	<b>26.153</b>	
<b>День 5</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	150	4.57	6.8	22.17	168.25	1.47	72
<b>ЗАВТРАК</b>	Кофейный напиток на молоке	180	4.16	4.57	12.91	110.61	1.764	130
<b>ЗАВТРАК</b>	Бутерброды с маслом	25	1.77	3.75	10.53	83.12	0	1
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>355</b>	<b>10.5</b>	<b>15.12</b>	<b>45.61</b>	<b>361.98</b>	<b>3.234</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Сок фруктовый или овощной	80	0.39	0.08	7.84	35.7	1.552	134
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>80</b>	<b>0.39</b>	<b>0.08</b>	<b>7.84</b>	<b>35.7</b>	<b>1.552</b>	
<b>ОБЕД</b>	Борщ с картофелем (свекольник)на мясном бульоне со сметаной	150	1.37	3.48	9.61	75.27	10.74	58
<b>ОБЕД</b>	Каша гречневая рассыпчатая	100	5.7	4.82	27.45	180.34	0	67
<b>ОБЕД</b>	Бефстроганов из отварной говядины в молочно-сметанном соусе	80	13.02	14.26	3.98	196.62	0.952	93
<b>ОБЕД</b>	Кисель из повидла, джема, варенья	150	0.06	0.	16.7	67.05	0.06	383
<b>ОБЕД</b>	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
<b>ОБЕД</b>	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>530</b>	<b>23.94</b>	<b>23.12</b>	<b>81.06</b>	<b>632.88</b>	<b>11.752</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пюре картофельное с морковью	90	1.84	2.55	11.98	78.68	13.5	322
<b>ПОЛДНИК</b>	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ПОЛДНИК</b>	Чай с сахаром	150	9.	2.29	9.75	36.96	4.5	136

ПОЛДНИК	Груши	100	0.3	0.4	10.3	47	5	154
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>360</b>	<b>12.74</b>	<b>5.44</b>	<b>41.85</b>	<b>210.24</b>	<b>23</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1325</b>	<b>47.57</b>	<b>43.76</b>	<b>176.36</b>	<b>1240.8</b>	<b>39.538</b>	
<b>День 6</b>								
ЗАВТРАК	Каша из пшена и риса молочная жидкая ("Дружба")	150	4.46	6.72	17.58	149.62	1.47	68
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком сгущенным	180	2.86	3.33	19.31	118.98	0.144	396
ЗАВТРАК	Печенье витаминизированное	20	1.48	1.88	14.62	81.4	0	151
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>350</b>	<b>8.8</b>	<b>11.93</b>	<b>51.51</b>	<b>350</b>	<b>1.614</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый или овощной	80	0.39	0.08	7.84	35.7	1.552	134
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>80</b>	<b>0.39</b>	<b>0.08</b>	<b>7.84</b>	<b>35.7</b>	<b>1.552</b>	
ОБЕД	Салат из соленых огурцов с луком	40	0.34	2.04	1.04	23.92	2.22	19
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	150	5.52	2.14	9.29	78.75	8.46	87
ОБЕД	Жаркое по-домашнему	180	10.22	10.87	21.58	225.43	24.786	96
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0.31	0.04	14.22	58.47	0.21	126
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>570</b>	<b>20.18</b>	<b>15.65</b>	<b>69.45</b>	<b>500.17</b>	<b>35.676</b>	
ПОЛДНИК	Капуста тушеная	100	2.35	2.13	8.47	63.79	52.15	132
ПОЛДНИК	Сосиски, сардельки отварные	52	5.72	12.43	0.21	135.2	0	275
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	150	0.11	0.01	8.51	34.17	2.355	393
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
ПОЛДНИК	Пирожок с повидлом	60	4.63	6.3	29.78	197.11	0.414	143
ПОЛДНИК	Яблоки свежие	75	0.3	0.3	7.35	33	7.5	368
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>457</b>	<b>14.71</b>	<b>21.37</b>	<b>64.14</b>	<b>510.87</b>	<b>62.419</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1457</b>	<b>44.08</b>	<b>49.03</b>	<b>192.94</b>	<b>1396.74</b>	<b>101.261</b>	
<b>День 7</b>								
ЗАВТРАК	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	150	4.7	7.08	16.82	150.52	1.47	69
ЗАВТРАК	Чай с молоком или сливками	150	2.22	2.4	8.02	62.53	0.99	394
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром	25	2.83	4.32	8.24	83.64	0.043	3
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>325</b>	<b>9.75</b>	<b>13.8</b>	<b>33.08</b>	<b>296.69</b>	<b>2.503</b>	
ОБЕД	Салат из моркови и яблок	40	0.34	2.09	3.15	32.76	2.78	40
ОБЕД	Суп крестьянский со сметаной на курином бульоне	150	3.21	0.76	10.61	60.92	8.895	39
ОБЕД	Бобовые отварные	120/3	13.22	2.9	30.61	194.03	0	146
ОБЕД	Суфле из отварной курицы	60	14.27	17.48	6.19	239.29	1.506	112
ОБЕД	Соус томатный	30	0.52	0.87	2.87	21.72	2.7	348
ОБЕД	Компот из свежемороженных ягод	150	0.	0.	8.98	35.91	0	127
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>480</b>	<b>35.35</b>	<b>24.66</b>	<b>85.73</b>	<b>698.23</b>	<b>15.881</b>	
ПОЛДНИК	Пудинг из творога с рисом	120	12.12	11.96	18.29	227.72	0.612	236
ПОЛДНИК	Соус молочный (сладкий)(шоколадный)	30	0.64	1.36	4.95	34.03	0.195	351
ПОЛДНИК	Кефир	150	4.35	4.8	10.48	106.46	1.05	401
ПОЛДНИК	Апельсины	100	0.2	0.9	8.1	43	60	145
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>400</b>	<b>17.31</b>	<b>19.02</b>	<b>41.82</b>	<b>411.21</b>	<b>61.857</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1205</b>	<b>62.41</b>	<b>57.48</b>	<b>160.63</b>	<b>1406.13</b>	<b>80.241</b>	
<b>День 8</b>								
ЗАВТРАК	Каша гречневая молочная жидкая	150	5.21	6.87	18.42	157.12	1.47	66
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3.67	3.83	11.29	94.3	1.422	397
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	25	1.77	3.75	10.53	83.12	0	1
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>355</b>	<b>10.65</b>	<b>14.45</b>	<b>40.24</b>	<b>334.54</b>	<b>2.892</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый или овощной	80	0.39	0.08	7.84	35.7	1.552	134
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>80</b>	<b>0.39</b>	<b>0.08</b>	<b>7.84</b>	<b>35.7</b>	<b>1.552</b>	

ОБЕД	Салат из моркови	40	0.5	0.84	4.64	28.21	1.728	41
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями на курином бульоне	150	8.64	5.4	6.95	130.6	8.46	82
ОБЕД	Капуста тушеная (гарнир)	120	2.81	3.52	10.44	85.97	64.344	336
ОБЕД	Тефтели из говядины	60	11.56	10.66	4.57	159.61	0.156	107
ОБЕД	Кисель из повидла, джема, варенья	150	0.06	0.	16.7	67.05	0.06	383
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>570</b>	<b>27.36</b>	<b>20.98</b>	<b>66.62</b>	<b>585.04</b>	<b>74.748</b>	
ПОЛДНИК	Рыба, запеченная в омлете	150	17.9	11.71	4.54	195.95	1.155	249
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
ПОЛДНИК	Чай с лимоном	150	0.11	0.01	8.51	34.17	2.355	393
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>320</b>	<b>19.61</b>	<b>11.92</b>	<b>22.87</b>	<b>277.72</b>	<b>3.51</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1325</b>	<b>58.01</b>	<b>47.43</b>	<b>137.57</b>	<b>1233</b>	<b>82.702</b>	
<b>День 9</b>								
ЗАВТРАК	Каша пшеничная молочная жидкая	150	4.7	6.77	17.84	151.96	1.47	70a
ЗАВТРАК	Кофейный напиток на молоке	180	4.16	4.57	12.91	110.61	1.764	130
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром	25	2.83	4.32	8.24	83.64	0.043	3
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>355</b>	<b>11.69</b>	<b>15.66</b>	<b>38.99</b>	<b>346.21</b>	<b>3.277</b>	
ОБЕД	Салат из свежих помидоров и огурцов	40	0.29	2.46	1.52	28.15	6.68	15
ОБЕД	Борщ с капустой и картофелем на курином бульоне со сметаной	150	3.15	3.62	10.07	84.01	15.645	57
ОБЕД	Плов из птицы	160	11.42	12.03	26.24	259.09	1.984	304
ОБЕД	Компот из сухофруктов	150	0.31	0.04	14.22	58.47	0.21	126
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>550</b>	<b>18.96</b>	<b>18.71</b>	<b>75.37</b>	<b>543.32</b>	<b>24.519</b>	
ПОЛДНИК	Запеканка из творога	120	14.05	10.37	20.51	229.66	0.624	237
ПОЛДНИК	Соус сладкий из кураги	30	0.19	0.01	4.61	18.93	0.15	116
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	150	9.	2.29	9.75	36.96	4.5	136
ПОЛДНИК	Груши	100	0.3	0.4	10.3	47	5	154
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>400</b>	<b>23.54</b>	<b>13.07</b>	<b>45.17</b>	<b>332.55</b>	<b>10.274</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1305</b>	<b>54.19</b>	<b>47.44</b>	<b>159.53</b>	<b>1222.08</b>	<b>38.07</b>	
<b>День 10</b>								
ЗАВТРАК	Суп молочный манный	150	4.21	5.07	16.18	127.26	1.47	92
ЗАВТРАК	Кофейный напиток на молоке	180	4.16	4.57	12.91	110.61	1.764	130
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	25	1.77	3.75	10.53	83.12	0	1
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>355</b>	<b>10.14</b>	<b>13.39</b>	<b>39.62</b>	<b>320.99</b>	<b>3.234</b>	
ЗАВТРАК 2	Сок фруктовый или овощной	80	0.39	0.08	7.84	35.7	1.552	134
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>80</b>	<b>0.39</b>	<b>0.08</b>	<b>7.84</b>	<b>35.7</b>	<b>1.552</b>	
ОБЕД	Салат из свеклы	40	0.57	2.44	3.34	37.56	3.8	33
ОБЕД	Рассольник на мясном бульоне (мелкошинкованный) со сметаной	150	1.22	1.53	8.14	51.92	7.05	74
ОБЕД	Пюре картофельное	120	2.64	3.56	17.64	113.57	20.76	321
ОБЕД	Суфле из отварного мяса запеченное	60	14.39	15.09	4.15	209.98	0.156	106
ОБЕД	Компот из свежемороженых ягод	150	0.	0.	8.98	35.91	0	127
ОБЕД	Хлеб ржаной	30	2.19	0.36	13.5	66	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>570</b>	<b>22.61</b>	<b>23.18</b>	<b>65.57</b>	<b>562.54</b>	<b>31.766</b>	
ПОЛДНИК	Рагу овощное	150	4.1	3.85	16.48	118.56	48.06	59
ПОЛДНИК	Чай с сахаром	150	9.	2.29	9.75	36.96	4.5	136
ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	20	1.6	0.2	9.82	47.6	0	701

ПОЛДНИК	Пирожок с повидлом	60	4.63	6.3	29.78	197.11	0.414	143
ПОЛДНИК	Мандарины	100	0.2	0.8	7.5	38	38	157
<b>ИТОГО ПО ПРИЕМУ ПИЩИ:</b>		<b>480</b>	<b>19.53</b>	<b>13.44</b>	<b>73.33</b>	<b>438.23</b>	<b>90.974</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1485</b>	<b>52.67</b>	<b>50.09</b>	<b>186.36</b>	<b>1357.46</b>	<b>127.526</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>		<b>13382</b>	<b>526.66</b>	<b>482.01</b>	<b>1654.73</b>	<b>12821.1</b>	<b>699.538</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>		<b>1338.2</b>	<b>52.666</b>	<b>48.201</b>	<b>165.473</b>	<b>1282.11</b>	<b>69.9538</b>	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за плановый период в % от калорийности			4.11	3.76	12.91	12821.1	5.46	