

Перспективное меню-рз

Продукты питания	1 день															
	Суп молочный гречневый	Чай с лимоном	Бут с мас.сыр	яблоко	Винегрет	суп гороховый	котлета рыбная	Картофельное пюре	Напиток из шиповника	Хлеб рж.пш	салат из моркови	Какао с молоком	кондит.изд	суп молочный рисовый	чай с лимоном	бут.с мас.
Выход	200	180/10/7	30/5/10	80	60	200	80	150	180	30/35	60	180	50	200	180/10/7	30/5
Хлеб пшеничный			30				14			30						30
Хлеб ржаной										35						
Мясо говядина																
Куры																
Маргарин																
Масло сливочное	2		5				4	5						2		5
Масло растительное					3	4										
Молоко сгущенное																
Молоко	140						20	23.7				110		140		
Кефир																
Ряженка																
Сметана																
Творог																
Яйцо																
Сыр твердый			10.6													
Мука																
Гречка	16															
Манка																
Крупа "Артек"																
Пшено																
Крупа перловая																
Рис														12		
Овсянка																
Горох, фасоль						16.2										
Макаронные изделия																
Рыба с/м минтай							82									
Крахмал																
Какао												2				
Кофейный напиток																
Печенье													50			
Повидло																
Соль	0.3				0.09		0.3	1						0.3		
Сахар	1.6	10							10		3	10		1.6	10	
Чай		0.3													0.3	
Лавровый лист																
Дрожжи																
Томатная паста																
Картофель					20.6	53.4		171								
Капуста																
Огурец конс.					22											
Морковь					11	12.8					72					

Лук					10.7	9.6									
Свекла					15										
Икра кабачковая															
Горошек зеленый															
помидоры свежие															
Кабачки															
Соки															
Ванильный сахар															
Сухофрукты															
Изюм															
Сухари панировочные															
Лимон														8	
Бананы															
Яблоки				114											
Шиповник								18							
консерва рыбная															
Кислота лимонная															

искладка для МКДОУ г. Белогорск

2 день									3 день							
Щи из свежей к	сок		жаркое по дом	Компот из сухофруктов	хлеб пшенич	Хлеб ржаной	запеканка творож сморковью	молоко	Суп молочный овсяный	чай с лимоном	бут.с масл.	банан	капуста тушеная	суп картоф с пшеном	тефтеля мясная	хлеб пшеничный
200	180		80/140	180	30	35	100	180	200	180/10/7	30/5	100	150	200	80	30
					30						30					30
						35									51	
			130													
			6												6	
3							4			2	5		6	2		
							18	189	140							
							4									
							55.1									
							1/10									
													3		5	
							6									
														4		
															7	
									12							
								0.9								
			0.4				0.2		0.30					0.2		
				10			14		1.6	10			4			
										0.3						
0.6				4									5			
2.4			175											80		
37.5													206			
9.5							24						10	10		

[illegible]

				4 день														Каша жидк пшенич. молочн.
компот из яблок	хлеб ржаной	булочка веснушка	ряженка	каша жидкая молоч.пшениная	бутерброд с маслом	кофейный напиток с молоком	сок	икра кабачковая	борщ с картоф.	каша вязкая пшеничная	Гулииз отв мяс	чай с сахаром	пшен/бород		омлет натур.	чай с сахаром	хлеб пшенич.	
180	35	70	180	150/5/5	30\5	180	180	50	200/5	150\5	80/80	180/10	30\35		80\5	180/10	20	150/5/5
					30								30				20	
	35												35					
											129							
		4.5																
				5	5					5					4			5
									4									
				126		90									23			126
			185						5									
		1.5													1.5			
		50									4							
										37.5								30
				30														
						2.5												
		0.5		0.2					0.16		0.4				0.4			0.2
18		5		5		10			2			10				10		5
												0.3				0.3		
		0.38							2.4		6							
									21.4									
									20									
									12.6		19							

[illegible]

5 день													6 д					
чай с лимоном	бутер с маслом	банан		Рассольник Лен	птица тушенная с овощами	Компот из яблок	хлепш/бород	Печеное яблоко			кондитерское изделие	чай с сахаром	Суп молочный гречневый	Чай с лимоном	бутер. с мас	сок		суп с макар.издел
180/10/7	30/5	100		200	180	180	30/35				50	180/10	200	180/10/7	30\5	180		200
	30						30								30			
							35											
					89													
	5												2		5			
				4														2
													140					
					7.5													
					2													
													16					
				4														
																		8
											50							
					0.2								0.3				0.09	0.15
10						10						10	1.6	10				
0.3												0.3		0.3				
				80	103													80
				21.8														
				10	40													10

				4.8	22											9.6
					8											
														180		
8														8		
		167														
						41										
						0.18										

ень						7 день											каша жидкая молоч рисовая
рыба туш с ов	юре картоф.	компот из сухофруктов	хл пш/бород	булочка домашняя	коф. напиток	каша молочная манная	чай с лимоном	бут с мас	яблоко	салат из капусты	плов из птицы	суп из рыбной кости	компот из яблок	хлеб ржаной/пш	пудинг творожный с яблок	какао с молок	
50\50	200	180	30\35	50	180	150\5\5	180\10\7	30\5	80	60	60\100	200	180	30\35	130	180	150\5\5
			30					30						30			
			35											35			
											177						
				7													
	7					5		5			6	3.8			5		5
5										3							
	31.6				90	122										110	132
															5		
															89.6		
				1											1\3		
				33.7													
						33											
											35	5					23
80.7																	
																2	
					2.5												
0.5	1			0.4		0.2				0.09	0.5				0.2		0.2
		14		7.1	10	5	10			3			10		10	10	5
							0.3										
				0.3													
1											5						
	228											93					
										59.2							
35										7.5	16	20					

13.8											8	9.5				
															0.001	
		18														
															5	
							8									
									114				41		49	
												40				
		0.18							0.18				0.18			

8 день											9 день							
бутерброд с маслом сыром	кофе с молоком	банан	винегрет	борщ со сметаной	котлета рыбная	картофельное пюре	чай с сахаром	хлеб ржаной/пшенич.	пирог с пов	кефир	Суп молоч. с овсяной крупой	бутерброд с маслом	чай с лимоном	сок фруктовый	салат с зелен.горош	картофельн с макарон	тефтеля мясная в см.	каша греч
30/5/10	180	100	60	200	80	200	180/10	30\35	70	180	200	30/5	180/10/7	150	60	200/5	80/80	150
30					14			30				30						
								35									51.5	
5					4	7			1.9		2	5					3	5
			3	4					0.21						1.8			
	90				20	31.6					140							
										185								
				5													20	
									2									
10.6									38.2								11	
																		37.5
																	7	
											12							
					82													
	2.5																	
									23.3									
			0.09	0.2	0.3	1			0.35		0.3					0.16	1	
	10			2				10	2.3		1.6		10					
								0.3					0.3					
									0.28									
				2.4														
			20.6	21.4		2281												
				20														
			22															
			11	12.6														

[illegible]

[illegible]

						10 день												
компот из яблок	запеканка из творога		молоко	хлеб пшеничный (на обед)	Хлеб ржаной (на обед)	суп молочный с макаронами	чай с сахаром	маслом с сыром	яблоко	икра кабач	суп рисовый	котлета мясная	отварные с маслом	кисель из шип	хлеб ржанойпшен	драчена	Хлеб пшеничный	чай с сахаром
180	130\15		180	30	35	200	180/10	30\5\10	80	50	200	80	200\5	180	30\35	80	20	180/10
				30				30				14			30		20	
					35										35			
												59.5						
	2.8						2	5				5	3.5			4		
	15										2							
			189			140						19				20		
	28															8		
	65.7																	
	2.8															64		
								10.6										
																5		
	4.2																	
												8						
						16							35					
														9				

											9.6							
										53								
												8						
	28																	
41																		
									114									
														7				
0.18														0.27				

ИТОГО	цена	сумма		норма	Факт	% выпол.	
фактически	январь 2018 г	по меню		10,5 ч			
				За 10 дней			
682.0	25.00	17.05		700	682	97.4	
350.0	28.33	9.92		437	385	88.1	
421.0	420.00	176.82		530	452	85.3	
266.0	107.00	28.46		236	266	112.7	
11.5	135.00	1.55					
170.0	520.00	88.40		184	181.9	98.9	
51.0	85.00	4.34		96	72.3	75.3	
15.0	150.00			0	0		
2420.9	58.00	140.41					
185.0	68.00			3940	2799.1	71.0	
185.0	88.00	16.28					
82.5	180.00	14.85		96	72.5	75.5	
210.4	260.00	54.70		350	267	76.3	
72.8	4.80	0.35		210	160.5	76.4	
31.8	520.00	16.54		56	53.8	96.1	
151.9	25.00	3.80		254	186.1	73.3	
69.5	45.00	3.13					
43.2	38.00	1.64					
67.5	30.00	2.03					
34.0	28.00	0.95		376	387.4	103.0	
4.0	27.00	0.11					
97.0	53.00	5.14					
24.0	50.00	1.20					
16.2	30.00	0.49					
59.0	50.00	2.95		105	113.3	107.9	
244.7	160.00	39.15		340	244.7	72.0	
9.9	100.00	0.99		26	9.9	38.1	
4.0	550.00	2.20		5	4	80.0	
7.5	480.00	3.60		10	7.5	75.0	
100.0	120.00	12.00		175	173.3	99.0	
23.3	110.00	2.56		0	0	0.0	
13.2	16.00	0.21		50	50	100.0	
371.2	35.00	12.99		410	355	86.6	
3.9	680.00	2.65		5	3.9	78.0	
		0.00					
1.0	300.00	0.29		4	1	25.0	
26.4	140.00	3.70					
3510.8	26.00	91.28		1888	1646.8	87.2	
342.7	16.00	5.48					
65.8	55.00	3.62		2840	1636.5	57.6	
353.0	20.00	7.06					

232.1	19.00	4.41				
132.8	19.00	2.52				
106.0	115.00	12.19				
25.0	110.00	2.75				
0.0		0.00				
0.0		0.00				
690.0	50.00	34.50	875	870	99.4	
0.0	350.00	0.00				
44.0	170.00	7.48	96	71.5	74.5	
2.5	200.00	0.50				
37.0	100.00	3.70				
48.0	109.00	5.23	998	770.9	77.2	
634.6	73.00	46.33				
581.7	64.00	37.23				
25.0	190.00	4.75				
40.0		0.00				
1.4	500.00	0.68				
		941.15				
		93.68			2286.91	

Процент выполнения натуральных
Норм — 84.7%

Меню Осень Зима Весна Лето 2026 год с 3 до 7 лет

10,5 ч

Дни	Наименование блюда	Выход, гр	Пищевые вещества			Калорий-ность, ккал	Витамин	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		С	
1-й день	Завтрак							
	Каша молочная Кукурузная	200	6.21	5.28	27.90	184.0	0.00	4.14
	Какао с молоком	180/10	3.67	3.19	15.82	107	1.43	397
	Хлеб с маслом	30\5	4.73	6.88	14.56	139	0.07	3
	Итого завтрак:		14.61	15.35	58.28	430.0	1.50	
	2 завтрак							
	Яблоко	100	0.40	0.4	10.00	44.0	10.00	368
	Обед							
	Салат с кукурузы консервированной	60	1.728	3.708	4.824	59.58	0	12
	Суп картофельный с бобовыми (горох)	200	4.39	4.22	13.06	107.8	4.65	81
	Плов из птицы	210	21.47	19.69	35.69	406.0	1.01	304
	Напиток из плодов шиповника	180	0.61	0.25	18.67	79.0	90.00	398
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.9	0	ПР
	Итого обед:		35.98	32.01	121.20	917.70	119.87	
	Полдник							
	Соус молочный сладкий	15	0.29	0.68	1.99	15.0	0.05	351
	Оладьи	100	9.05	11.37	49.10	336.00	0	432
	Напиток кисломолочный. Йогурт	180	5.22	4.5	7.20	90	1.26	401
	Итого полдник		14.27	15.87	56.30	426.0	1.29	
	Итого за день:		65.26	63.63	245.78	1,817.7	132.66	
2-день	Завтрак							
	Каша молочная Геркулесовая	200	4.56	5.91	26.67	178	0	168
	Чай с сахаром лимон	180/10/8	0.06	0.02	9.99	40	0.03	392
	Хлеб пшеничный с маслом	30\5	2.45	7.55	14.65	136.0	0	1
	Итого завтрак:		7.07	13.48	51.31	354.00	0.03	
	2 завтрак							
	Сок фруктовый	180	0.54	0.36	29	123	3.60	399
	Обед							
	Суп картофельный рисовый	200	1.58	2.19	11.66	72.6	6.60	80
	Жаркое по- домашнему	220	27.53	7.47	21.95	265.0	8.97	276
	Кисель витаминизированный	180	0.00	0.00	18.00	60.0	0.48	233
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.9	0.00	ПР
	Итого обед:		34.53	11.11	78.14	540	16.05	
	Полдник							

	Пирожок печёный с яблоком	70	4.45	3.69	20.98	156.30	2.68	132
	Чай с сахаром	180	0.06	0.020	9.99	40.00	0.03	392
	Итого полдник:		1.72	3.73	32.23	212.26	2.71	
	Итого за день:		45.36	28.78	201.02	1,276.66	22.39	
3-день	Завтрак							
	Каша молочная рисовая	210	2.17	3.89	27.45	154	0.000	185
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.0	1.43	397
	Хлеб пшеничный с маслом сыром	30/5/10,6	4.73	6.88	14.56	139.0	0.07	3
	Итого завтрак:		10.57	13.96	57.83	400.00	1.50	
	2 Звтрак							
	Банан	100	1.50	0.50	21.00	95	10.00	368
	Обед							
	Салат с картофеля с кукурузой	60	3.01	6.32	23.73	164.2	5.77	39
	Суп с рыбной консервой	250	8.6	8.40	14.33	167.25	9.11	87
	Котлета мясная	80	11.92	8.80	11.64	173.0	0.00	282
	Макароны отварные с маслом	155	7.57	4.63	36.31	217.0	0.00	205
	Компот из сухофруктов	180	0.40	0.02	24.98	101.70	0.36	376
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.9	0	ПР
	Итого обед:		36.92	29.62	137.52	965.07	15.24	
	Полдник							
	Кондитерское изделие Вафли	50	1.50	0.1	10.00	47.0	0	
	Чай с сахаром	180/7	0.06	0.02	9.99	40.0	0.03	392
	Итого полдник:		1.56	0.12	19.99	87.00	0.03	
	Итого за день:		50.55	44.20	236.34	1,547.07	26.77	
4-день	Завтрак							
	Каша жидкая молочная пшениная	210	4.59	4.90	31.26	187.00	0	185
	Хлеб пшеничный с маслом	30/5	2.45	7.55	14.65	136.0	0	1
	Чай с сахаром	180/7	0.06	0.02	9.99	40.0	0.03	392
	Итого завтрак:		7.10	12.47	55.90	363.00	0.03	
	Обед							
	Салат со свеклы зеленым горошком	60	1	2.51	4.92	46.3	6.37	34
	Рассольник Ленинградский	200	1.68	4.09	13.27	96.6	6.03	76
	Каша вязкая Артек с маслом	150/5	4.08	4.08	29.94	173.00	0.00	168
	Гуляш из отварного мяса говядины	160	20.63	16.30	5.24	250.0	1.11	277
	Чай с сахаром	180/7	0.06	0.02	9.99	40	0.03	392
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.9	0.00	ПР
	Итого обед:		32.87	28.45	89.89	747.76	13.54	
	Полдник							
	Пицца " Детская"	50	0.03	6.69	13.97	148	0.29	465

Чай с сахаром	180/10	0.06	0.02	9.99	41	0.03	392
Итого подник:		0.09	6.71	23.96	189.00	0.32	
Итого за день:		40.06	47.63	169.75	1299.76	13.89	

5-й день	Завтрак							
	Суп молочный гречневый	200	5.97	5.48	17.08	141.6	0.91	185
	Чай с сахаром лимон	180/10/8	0.12	0.02	10.20	41	2.83	393
	Хлеб с маслом	30\5	4.73	6.88	14.56	139.0	0.07	3
	Итого завтрак:		10.82	12.38	41.84	321.60	3.81	
	Обед							
	Салат с квашеной капусты	100	2.72	8	13.52	137.12	31.71	653
	Суп Лапша домашняя	200	1.77	4.05	9.54	81.80	0.40	86
	Плов из птицы	210	21.47	19.69	35.69	406	1.01	304
	Чай с сахаром	180\7	0.06	0.02	9.99	40.00	0.03	392
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.9	0	ПР
	Итого обед:		31.44	33.21	95.27	806.82	33.15	
	Полдник							
	Омлет натуральный	85	7.52	13.46	1.51	157.00	0.15	215
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.00	0.00	ПР
	Чай с сахаром	180/7	0.06	0.02	9.99	41	0.03	392
	Итого полдник:		3.66	7.07	32.84	210.50	0.03	
	Итого за день:		45.92	52.66	169.95	1338.92	36.99	
6-день	Завтрак							
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5.75	5.22	18.84	145.2	0.91	93
	Чай с сахаром с лимоном	180/10/7	0.12	0.02	10.20	41	2.83	393
	Хлеб пшеничный с маслом сыром	30\5\10,6	4.73	6.88	14.56	139.0	0	3
	Итого завтрак:		10.60	12.12	43.60	325.20	3.81	
	2-й завтрак							
	Яблоко	100	0.40	0.40	10	44	10.000	368
	Обед							
	Салат с кукурузы консервированной	60						
	Борщ со сметаной	200	1.45	3.93	10.19	82.00	8.23	57
	Рыба тушеная с овощами	80	7.93	4.55	2.20	81	1.80	247
	Картофельное пюре с маслом	200	4.09	6.40	27.25	183.00	24.21	321
	Чай с сахаром	180\7	0.06	0.02	9.99	40.0	0.03	392
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.9	0	ПР
	Итого обед:		18.95	16.35	76.16	527.90	34.27	
	Полдник							
	Булочка Домашняя	50	3.64	6.26	26.96	179.0	0.00	469
	Молоко кипяченое	180	5.48	4.88	9.07	102.0	2.46	400
	Итого полдник:		9.12	11.14	36.03	281.00	2.46	
	Итого за день:		39.07	40.01	165.59	1178.10	50.54	

7 день	Завтрак							
	Каша жидкая молочная Артек	210	4.40	4.06	31.93	182	0	185
	Чай с сахаром лимон	180\10\7	0.12	0.02	10.20	41	2.83	393
	Хлеб пшеничный с маслом	30\5	2.45	7.55	14.62	136.0	0	1
	Итого завтрак:		6.97	11.63	56.75	359.00	2.83	
	Обед							
	Винегрет	60	0.82	3.7	5.06	56.88	6.15	45
	Рассольник Ленинградский	200	1.68	4.09	13.27	96.60	6.03	76
	Птица порционная	80	12.66	8.16	0.00	124.00	0	300,35
	Макароны отварные с маслом	200\5	7.57	4.63	36.31	217.00	0.00	205
	Компот из свежих яблок	180	0.14	0.14	21.49	87.8	1.55	372
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.90	0.00	ПР
	Итого обед:		28.29	22.17	102.66	663.28	13.73	
	Полдник							
	Икра кабачковая Промыш.производства	50	0.45	2.35	2.96	34.8	0	53
	Омлет натуральный	85	7.52	13.46	1.51	157.00	0.15	215
	Чай с сахаром	180\7	0.06	0.02	9.99	40	0.03	392
Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0.00	ПР	
Итого полдник:		11.14	17.06	29.30	312.80	0.18		
8-день	Итого за день:		46.4	50.85	188.71	1335.08	6.740	
	Завтрак							
	Каша жидкая молочная рисовая	210	2.17	3.89	27.45	154	0.00	185
	Хлеб пшеничный с маслом	30\5	4.73	6.88	14.56	139.0	0.07	3
	Чай с сахаром	180\7	0.06	0.02	9.99	40.00	0.03	392
	Итого завтрак:		6.96	10.79	52	333	0.1	
	2 завтрак							
	Банан	100	1.5	0.50	21.00	95	10	368
	Обед							
	Салат из свеклы с зелёным горошком	60	1.00	2.51	4.92	46.26	6.37	34
	Борщ со сметаной	200\5	1.45	3.93	10.19	82.0	8.23	57
	Котлета рыбная запеченная	80	10.64	3.76	7.67	107.00	0.34	255
	Картофельное пюре	200	4.09	6.40	27.25	183	24.21	321
	Чай с сахаром	180\7	0.06	0.02	9.99	40.0	0	392
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.90	0.00	ПР
	Итого обед:		22.61	93.31	86.55	600.16	39.15	
	Полдник							
	Пирожки с повидлом	88	0.81	0.72	3.82	24.1	0.00	557
	Кефир	180	5.22	4.5	7.20	90.00	1.26	401
Итого полдник:		6.03	5.22	11.02	114.10	1.26		

9 день	Итого за день:		37.1	109.82	170.57	1142.26	50.510	
	Завтрак							94
	Каша молочная Кукурузная	200	6.21	5.28	27.90	184.0	0.0	4
	Хлеб пшеничный с маслом	30\5	4.73	6.88	14.56	139	0.07	1
	Какао с молоком	180	3.67	3.19	15.82	107.00	1.43	397
	Итого завтрак:		14.61	15.35	58.28	430	1.5	
	2-й завтрак							
	Яблоко	100	0.40	0	9.80	44	10.00	368
	Обед							
	Икра кабачковая Промыш.производства	50	0.45	2.35	2.96	34.8	0.00	53
	Суп картофельный с макарон изделия	200	2.15	2.27	13.71	83.8	6.60	82
	Котлета мясная	80	11.92	8.80	11.64	173.0	0.00	282
	Каша гречневая с маслом	150\5\5	4.67	4.86	25.83	166.00	0.00	168
	Компот из сухофруктов	180	0.40	0.02	24.98	101.7	0	376
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.90	0.00	ПР
	Итого обед:		25.01	19.75	105.65	701.2	6.6	
	Полдник							
	Запеканка из творога со сгущенкой	160	22.80	15.66	22.3	321.1	0.31	237
	Напиток кисломолочный. Йогурт	180	5.22	4.50	7.56	92.00	0.54	401
	Итого полдник:		28.02	20.16	29.86	413.10	0.85	
10 день	Итого за день:		68.04	55.26	203.59	1588.3	18.950	
	Завтрак							
	Каша молочная манная	200	4.56	5.91	26.67	178	0.00	168
	Чай с сахаром лимон	180\10\7	0.12	0.02	10.20	41	2.83	393
	Хлеб пшеничный с маслом	30\5	2.45	7.55	14.65	136.00	0.00	1
	Итого завтрак:		7.13	13.48	51.52	355	2.83	
	2 завтрак							
	Банан	100	1.50	0.50	21.00	95.0	10	368
	Обед							
	Суп картофельный с рисовой крупой	200	1.58	2.19	11.66	72.60	7	80
	Макаронник с мясом	165	17.93	11.73	33.34	311.0	0.39	292
	Кисель из плодов шиповника	180	0.22	0.10	24.77	100.8	44	381
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.0	0.00	ПР
	Хлеб ржаной	35	2.31	0.42	11.69	60.90	0.00	ПР
	Итого обед:		25.15	15.47	96.3	626.3	51.39	
	Полдник							
	Хлеб пшеничный	30	3.11	1.03	14.84	81.00	0.00	ПР
	Икра кабачковая Промыш.производства	50	0.45	2.35	2.96	34.8	0.00	53
	Омлет натуральный	85	7.52	13.46	1.51	157	0.15	215
	Чай с сахаром	180\10	0.06	0.02	9.99	40.00	0.03	392
	Итого полдник:		11.14	16.86	29.3	312.80	0.18	
	Итого за день:		44.92	46.31	198.12	1389.1	64.4	