Муниципальное дошкольное образовательное учреждение — детский сад «Ласточка» с. Подгорное Романовского района Саратовской области

УТВЕРЖДАЮ:

Заведующий МДОУ – детский сад «Ласточка»

с. Подгорное Романовского района Саратовской области

Исрет жегер т.А. Черномашенцева

Приказ № 47 от 17.07.2024 г.

Меню приготавливаемых блюд (основное) Муниципального дошкольного образовательного учреждения – детский сад «Ласточка» с. Подгорное Романовского района Саратовской области

Возрастная категория: разновозрастная группа: дети 3 - 7 лет.

Длительность пребывания детей в детском саду: 9 часов

Прнем	Наименовани е блюда	Вес блюда.	Пип	цевые ве	щества	Энергетическ ая ценность	№ рецептурь
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
	Каша из хлопьев овсяных						
Завтрак «Ге (кру мас.	«Геркулес» жидкая (крупа «Геркулес», масло сливочное, молоко, сахар, соль		7,16	9,4	28,8	228,4	272
	йодированная, вода)						
	Чай черный байховый с						
	сахаром (вода,чай-заварка,	200	0,2	0,0	15	60	502

	Бутерброд с						
	маслом сливочным (хлеб пшеничный, масло сливочное)	40	1,6	16,7	10,0	197	99
Итого за	завтрак						
111010 34	Sabipak	440	9.06	2(1	52 0	495.4	1
		440	8,96	26,1	53,8	485,4	
Второй	Яблоко						
завтрак		100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итого за	второй завтрак						
		100	0,4	0,4	9,8	47	
Обед	Суп картофельный						
	с горохом на мясном бульоне (мясной бульон, картофель, горох, лук, морковь, масло сливочное, соль йодированная)	200	7,1	4,32	18,5	141,1	149
	Wanyaa wa						
	Жаркое подомашнему (говядина, картофель, масло сливочное, томатное пюре, лук, соль йодированная, лавровый лист)	150	15,1	14	12,9	238,5	374
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,5	0	27,0	110,0	527

(смесь						
сухофруктов, сахар, вода)						
Хлеб ржаной			<u> </u>	1		
	50	3,3	0,6	16,7	87	115
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
обед			1			
	640	29,04	19,24	94,8	670,6	
Вафли						
	50	1,4	1,65	38,65	175	607
Сок яблочный			<u> </u>	ı		
	200	1,0	0,2	20,2	92	537
полдник						
	250	2,4	1,85	58,85	267	
цень:	1		<u> </u>	<u>I</u> _		
	1430	40,8	47,59	217,25	1470	
Суп молочный с						
макаронными изделиями (вермишель, вода, масло сливочное молоко, сахар, соль йодированная)	200	5,7	5,26	18,98	146	171
Какао с молоком	 		1	1		
	сухофруктов, сахар, вода) Хлеб ржаной Хлеб пшеничный Обед Вафли Сок яблочный цень: Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель, вода, масло сливочное молоко, сахар, соль йодированная)	сухофруктов, сахар, вода) Хлеб ржаной 50 Хлеб пшеничный 40 Обед Сок яблочный 200 Полдник 250 День: 1430 Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель, вода, масло сливочное молоко, сахар, соль йодированная)	сухофруктов, сахар, вода) Хлеб ржаной 50 3,3 Хлеб пшеничный 40 3,04 640 29,04 Вафли 50 1,4 Сок яблочный 200 1,0 полдник 250 2,4 Пень: 1430 40,8 Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель, вода, масло сливочное молоко, сахар, соль йодированная)	сухофруктов, сахар, вода) Хлеб ржаной 50 3,3 0,6 Хлеб пшеничный 40 3,04 0,32 640 29,04 19,24 Вафли 50 1,4 1,65 Сок яблочный 200 1,0 0,2 Полдник 250 2,4 1,85 Пень: 1430 40,8 47,59 Суп молочный с макаронными изделиями (вермищель, вода, масло сливочное молоко, сахар, соль йодированная)	сухофруктов, сахар, вода) Хлеб ржаной 50 3,3 0,6 16,7 Хлеб пшеничный 40 3,04 0,32 19,7 640 29,04 19,24 94,8 Вафли 50 1,4 1,65 38,65 Сок яблочный 200 1,0 0,2 20,2 полдник 250 2,4 1,85 58,85 пень: 1430 40,8 47,59 217,25 Суп молочный с макаронными изделиями (вермищель, вода, масло сливочное молоко, сахар, соль йодированная)	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель, вода, масло сливочное молоко, сахар, соль йодированная) 160

	(какао-порошок, молоко, вода, сахар)	200	3,6	3,3	25,0	144	508
	Хлеб пшеничный						
		40	3,04	0,32	19,7	94	114
Итого за	завтрак						
		440	12,34	8,88	63,68	384	
Второй	Банан						
завтрак		100	1,5	0,5	21,0	96	118
Итого за	второй завтрак						
		100	1,5	0,5	21,0	96	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на мясном бульоне (мясной бульон, капуста белокочанная, картофель, лук, морковь, томатное пюре, масло растительное, соль йодированная, сметана)	200	1,4	3,98	6,22	66,4	147
	Котлеты рыбные (минтай (филе), вода, яйцо,						

	Хлеб пшеничный						
		40	4,8	4,1	0,3	56,6	306
Іолдник	Яйцо варёное			<u>ı</u>	L		1
		720	23,49	16,97	103,98	603,36	
Итого за	обед						
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
		50	3,3	0,6	16,7	87	115
	Хлеб ржаной			1			1
	(концентрат киселя, сахар, вода)						
	плодово –ягодный с витамином С	200	1,4	0,0	29,0	122,0	516
	Кисель из концентрата			<u> </u>			l
	йодированная)						
	масло сливочное,						
	отварной (картофель,	150	3,15	3,11	25,46	142,56	179
	Картофель						
	соль йодированная)						
	масло сливочное, хлеб пшеничный,	80	11,2	2,1	6,9	91,4	351

		40	3,04	0,32	19,7	94	114.
	Чай черный						
	байховый с сахаром (вода, чай-заварка, сахар)	200	0,2	0,0	15	60,0	502
Итого за	полдник						
		280	8,04	4,42	35	210	
Итого за	день						•
		1540	45,37	30,77	223,66	1293,96	
День 3							
Завтрак Каш греч круг мас: мол солг	Каша вязкая гречневая (вода, крупа гречневая, масло сливочное, молоко, сахар, соль йодированная)	200	9,16	12,88	32,6	135,8	254
	Чай чёрный						
	байховый с сахаром (вода, чай- заварка, сахар)	200	0,2	0,0	15	60	502
	Бутерброд с маслом сливочным (хлеб пшеничный,						
	масло сливочное)	40	1,6	16,7	10,0	197	99
Итого за	завтрак						

		440	10,96	29,58	57,6	392,8	
Второй завтрак	Груша						
		100	0,4	0,3	10,3	47	118
Итого за	второй завтрак						
		100	0,4	0,3	10,3	47	
Обед	Суп из овощей на мясном бульоне (мясной бульон, картофель, горох зелёный консервированны						,
	й, капуста белокочанная, лук, морковь, масло растительное соль йодированная)	200	1,42	1,96	8,1	55,52	162
	Котлета из						
	говядины (говядина, масло сливочное, молоко, сухари панировочные, хлеб пшеничный, соль йодированная)	75	13,7	13,1	12,4	221,3	386
	Макароны					1	

	отварные (вода,	150	5,0	5,3	5,0	208,0	297
	макаронные						
	изделия, масло сливочное, соль						
	йодированная)						
	Компот из смеси						
	сухофруктов	200	0,5	0,0	27,0	110,0	527
	(вода, смесь сухофруктов,		•		ŕ	,	
	caxap)						
	Хлеб ржаной			1			l
		50	3,3	0,6	16,7	87	115
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
Итого за	обед						
		715	26,96	21,28	88,9	775,82	
Полдник	Печенье						
		50	3,75	4,9	37,2	208,5	609
	Сок яблочный						
		200	1,0	0,2	20,2	92	537
Итого за	полдник						
		250	4,75	5,1	57,4	300,5	
Итого за	день						
		1505	43,07	56,26	214,2	1516,12	
День 4							
Завтрак	Каша вязкая			1			1

ĺ	молочная	200	7,4	7,48	36,5	243	270
		200	7,4	7,40	30,3	243	270
	пшеничная (вода,						
	крупа						
	пшеничная,						
	масло сливочное,						
	молоко, сахар,						
	соль						
	йодированная)						
	Какао с молоком						
	(какао-порошок, вода, молоко	200	3,6	3,3	25,0	144	508
	сахар)						
	caxap)						
	Хлеб пшеничный					<u> </u>	
			T	Г		.	<u>, </u>
		40	3,04	0,32	19,7	94	114
Итого за з	вавтрак		1				1
		440	1404	111	01.2	401	<u> </u>
		440	14,04	11,1	81,2	481	
	-						
Второй	Апельсин						
завтрак		100	0,9	0,2	8,1	43	118
		100	0,9	0,2	0,1	43	110
Итого за 1	 второй завтрак		I	I		l	1
	-		Τ	Г		.	Ţ
		100	0,9	0,2	8,1	43	
Обед	Суп с		I	I		<u> </u>	1
	•						

	макаронными	200	1,9	4,06	13,1	97	163
	изделиями на	200	1,5	1,00	13,1	<i>31</i>	103
	мясном бульоне						
	(мясной бульон,						
	вермишель, лук,						
	морковь, масло						
	растительное,						
	томатное пюре,						
	соль						
	йодированная)						
	п						
	Плов из отварной						
	говядины (вода, крупа рисовая,	150	11,5	11	29	261,2	375
	масло сливочное,						
	говядина, лук,						
	морковь, соль						
	йодированная)						
	-						
	Компот из смеси						
	сухофруктов	200	0,5	0,0	27,0	110,0	527
	(вода, смесь		,,,,	0,0	=7,0	110,0	
	сухофруктов,						
	caxap)						
	Хлеб ржаной		l		<u> </u>		.
		50	1,8	0,45	15,6	14,25	115
		30	1,0	0,43	13,0	14,23	113
				0.00			
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
Итого за							
обед		640	20,24	15,98	105,5	649,2	
		0.0	20,21	10,50	100,0	0.15,2	
Полдник	Булочка						
ылолдник	«Веснушка»						
	Deenymka//	60	4,8	3,8	31,4	179	667
	Напиток						
	Halliffor						

	«Витошка» с витаминами	200	0,0	0,0	18,6	310	Промыш.
Итого за	полдник						
		260	4,8	3,8	50,0	489	
Итого за	день						
		1440	35,18	27,28	213,4	1483,2	
День 5							
Завтрак	Каша пшённая молочная жидкая	200	7,8	9,46	35,8	283,6	273
	(вода, крупа пшённая, масло сливочное, молоко, сахар, соль йодированная)	200	7,0	9,40	55,6	263,0	2/3
	Чай чёрный			1			
	байховый с сахаром (вода, чай-заварка, сахар)	200	0,2	0,0	15	60	502
	Бутерброд с						
	маслом сливочным (хлеб пшеничный, масло сливочное)	40	1,6	16,7	10,0	197	99
Итого за	завтрак						
		440	9,6	26,16	60,8	540,6	
Второй	Мандарин						
завтрак		100	0,8	0,2	7,5	38	118
Итого з	а второй завтрак						

	100	0,8	0,2	7,5	38	
Суп с рыбными консервами (сайра) (вода, картофель, сайра консервированна я, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная)	200	5,9	6,76	12,54	134,6	159
Гуляш из говядины (говядина, вода, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, томатное пюре, лук, соль йодированная)	80	13,5	13,1	3,2	185,6	373
Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная)	150	3,15	3,11	25,46	142,56	179
	консервами (сайра) (вода, картофель, сайра консервированна я, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная) Гуляш из говядины (говядина, вода, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, томатное пюре, лук, соль йодированная) Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль	Суп с рыбными консервами (сайра) (вода, картофель, сайра консервированна я, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная) Гуляш из говядины (говядина, вода, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, томатное пюре, лук, соль йодированная) Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная)	Суп с рыбными консервами (сайра) (вода, картофель, сайра консервированна я, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная) Гуляш из говядины (говядина, вода, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, томатное пюре, лук, соль йодированная) Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная) Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная)	Суп с рыбными консервами (сайра) (вода, картофель, сайра консервированна я, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная) Гуляш из говядины (говядина, вода, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, томатное пюре, лук, соль йодированная) Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная) Картофель отварной отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная)	Суп с рыбными консервами (сайра) (вода, картофель, сайра консервированна я, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная) Гуляш из говядины (говядина, вода, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, томатное пюре, лук, соль йодированная) Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная) 150 3,15 3,11 25,46	Суп с рыбными консервами (сайра) (вода, картофель, сайра консервированна я, крупа рисовая, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная) Туляш из говядины (говядина, вода, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, томатное шоре, лук, соль йодированная) Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная) Картофель отварной (картофель, масло сливочное соль йодированная)

	концентрата плодово –ягодный с витамином С (концентрат киселя, сахар, вода)	200	1,4	0,0	29,0	122	516
	Хлеб ржаной			l	l	I	•
		50	3,3	0,6	16,7	87	115
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
Итого за о	бед						
		720	30,29	23,89	106,6	765,76	
Полдник	Сырники из творога (крупа манная, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, яйцо, творог, сахар, сметана 15%)	50	8,0	4,5	10,5	114,6	325
	напиток с молоком (вода, кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3,2	2,7	15,9	79	513
Итого за полдник		250	11,2	7,2	26,4	193,6	

Итого за	день						
		1510	40,69	57,45	201,3	1537,96	
Неделя 2							
День 6							
Завтрак	Суп молочный с						
	рисом (вода, крупа рисовая, масло сливочное, молоко, сахар, соль йодированная)	200	4,82	5,16	16,52	131,8	170
	Какао с молоком						
	(вода, какао- порошок, молоко, сахар)	200	3,6	3,3	25,0	144,0	508
	Хлеб пшеничный						
		40	3,04	0,32	19,7	94	114
Ито	 го за завтрак						
		440	11,46	8,78	61,22	369,8	
Второй	Яблоко						
завтрак		100	0,4	0,4	9,8	47	118
Итого за в							<u> </u>
		100	0,4	0,4	9,8	47	

Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками (вода, картофель, лук, морковь,						
	масло растительное, томатное пюре, фрикадельки мясные, соль йодированная)	200	1,76	2,36	11,76	75,4	154
	Фрикадельки из говядины (70	11.0	0.7	5.4	152	207
	говядина, масло сливочное ,хлеб пшеничный, соль йодированная)	60	11,0	9,7	5,4	153	397
	Каша гречневая рассыпчатая						
	(вода, крупа гречневая, масло сливочное, соль йодированная)	150	8,3	6,3	36	233,7	243
	Компот из смеси			<u> </u>			

Завтрак	Каша «Дружба»						•
День 7							
Итого за	день	1530	46,28	30,07	260,75	1038,1	
		250	2,4	1,65	64,05	285	
Итого за	полдник						
Итого за	HO 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7 7						
	Сок абрикосовый	200	1,0	0,0	25,4	110	537.
		50	1,4	1,65	38,65	175	607
Полдник	Вафли						
		700	27,9	19,28	116,56	753,1	
Итого за обед							
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
		50	3,3	0,6	16,7	87	115
	Хлеб ржаной						
	(вода, смесь сухофруктов, сахар)						
	сухофруктов	200	0,5	0,0	27,0	110,0	527

	(вода, крупа рисовая, крупа пшённая, масло сливочное, молоко, сахар, соль йодированная)	200	5,26	11,66	25,06	226,2	266
	Чай байховый чёрный с сахаром (вода, чай-заварка, сахар)	200	0,2	0,0	15	60	502
	Бутерброд с маслом	40	1.6	16,7	10,0	197	99
	сливочным (хлеб пшеничный, масло сливочное)	40	1,6	10,7	10,0	197	99
Итого за	 завтрак						
		440	7,06	28,36	50,06	483,2	
Второй завтрак	Апельсин						
		100	0,9	0,2	8,1	43	118.
Итого за	 завтрак						
		100	0,9	0,2	8,1	43	
Обед	Борщ с капустой						

и картофелем со сметаной на мясном бульоне (мясной бульон, картофель, масло растительное, томатная паста, капуста белокочанная, лук, морковь, свекла, сахар, соль йодированная, сметана 15%)	200	1,46	4	8,52	76	133
Котлеты куриные (куриная грудка, молоко, масло подсолнечное, сухари панировочные, хлеб пшеничный, соль йодированная)	75	14,4	3,2	10,1	126,4	417
Макароны отварные (вода, макаронные изделия, масло сливочное, соль йодированная)	150	5,0	5,3	5,0	208	297
Кисель из концентрата плодово –ягодный с витамином С	200	1,4	0,0	29,0	122	516

	(концентрат киселя, сахар, вода)						
	Хлеб ржаной						
		50	3,3	0,6	16,7	87	115
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
Итого за	<u> </u> обед						
		715	28,6	13,42	89,02	713,4	
Полдник	Запеканка из			<u> </u>			
	творога (крупа манная, творог, сахар, яйцо, масло сливочное, сметана 15%), соль йодированная, вода, ванилин)	150	24,2	16,2	22,5	332,4	319
	Кофейный		<u>I</u>				
	напиток с молоком (вода, кофейный напиток, молоко, сахар)	200	3,2	2,7	15,9	79	513
Итого за	полдник		1				
		350	27,4	18,9	38,4	411,4	
Итого за ,	день						
		1605	63,96	60,88	185,58	1651	
День 8							

Завтрак	Суп молочный с						
	гречневой крупой (вода, крупа гречневая, масло сливочное, молоко, сахар, соль йодированная)	200	4,82	5,16	16,52	131,8	266
	Какао с молоком				1		1
	(вода, какао- порошок, молоко, сахар)	200	3,6	3,3	25,0	144	508
	Хлеб пшеничный						
		40	3,04	0,32	19,7	94	114
Итого за	завтрак						
		440	11,46	8,78	61,22	369,8	
Второй	Банан						
завтрак		100	1,5	0,5	21	96	118.
Итого за	второй завтрак		<u> </u>				
		100	1,5	0,5	21	96	
Обед	Суп		<u> </u>				

картофельный с фасолью на мясном бульоне (мясной бульон, картофель, фасоль, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная)	200	3,92	4,28	16,12	118,6	150
говядины с рисом (говядина, вода, крупа рисовая, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, лук, соль йодированная)	80	10,6	10,7	9,8	177,5	395
Картофель отварной (картофель, масло сливочное, соль йодированная)	150	3,15	3,11	25,46	142,56	179
Компот из смеси сухофруктов (вода, сухофрукты, сахар)	200	0,5	0,0	27,0	110,0	527
Хлеб ржаной	50	3,3	0,6	16,7	87	115

	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
**							
Итого за обед							
		720	24,51	19,01	114,78	729,66	
Полдник	Булочка»						
	«Веснушка»	60	4,8	3,8	31,4	179	667
	Напиток «						
	Витошка» с витаминами	200	0,0	0,0	18,6	310	Промыш.
Итого за	полдник						
		260	4,8	3,8	50,0	489	
Warra aa							
Итого за	день				<u> </u>	<u>-</u>	
		1520	42,27	32,09	247	1684,46	
День 9							
Завтрак	Каша манная молочная жидкая (вода, крупа манная, молоко,	200	6,2	7,46	30,86	215,4	268
	сахар, масло сливочное, соль йодированная)						
	Чай чёрный байховый с сахаром (вода, чай-заварка, сахар)	200	0,2	0,0	15	60	502
	Хлеб пшеничный						
1		40	1,6	16,7	10,0	197	99

Итого за	завтрак						
		440	8	24,16	55,86	472,4	
Второй завтрак	Груша	100	0,4	0,3	10,3	47	118
Итого за	второй завтрак	100	0,4	0,3	10,3	47	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне (мясной бульон, картофель, вермишель, лук, морковь, масло растительное, соль йодированная)	200	2,06	2,22	14,84	87,6	164
	Капуста тушеная с мясом (говядина масло растительное, масло сливочное, мука пшеничная высший сорт, томатное пюре, лук, морковь, сахар, капуста белокочанная, соль йодированная, лавровый лист)	150	16,6	16,4	9,9	254,6	428
	Компот из смеси сухофруктов (смесь сухофруктов,	200	0,5	0	27,0	110,0	527

Вавтрак	Каша рисовая			1			
Цень 10							
		1430	45,4	51,2	176,7	1346,2	
Итого за	день			1	,		1
		250	11,2	7,2	26,4	193,6	
Итого за	полдник						
	кофейный напиток, молоко, сахар)						
	Кофейный напиток с молоком (вода,	200	3,2	2,7	15,9	79	513
	пшеничная высший сорт, яйцо, творог, сахар, сметана 15%)						
	творога (крупа манная, масло сливочное, мука	50	8,0	4,5	10,5	114,6	325
Іолдник	Сырники из						
Итого за обед		640	25,5	19, 54	84,14	663,2	
<u> </u>							
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
		50	3,3	0,6	16,7	87	115
	Хлеб ржаной						
	вода, сахар)						

i	1			1			
	молочная жидкая (вода, крупа рисовая, молоко,	200	5,54	8,62	32,4	229	274
	сахар, масло						
	сливочное, соль						
	йодированная)						
	иодированная)						
	Какао с молоком			1			l.
	(вода, сахар,						
	какао-порошок)	200	3,6	3,3	25,0	144	508
	Бутерброд с						
	маслом						
	сливочным (хлеб	40	1,6	16,7	10.0	197	99
	,						
	пшеничный,						
	масло сливочное)						
Итого за			<u> </u>	1	<u>ı </u>		I
завтрак							
ous i puix		440	10,74	28,62	67,4	570	
Второй	Мандарин						
завтрак	типдарии						
завтрак		100	0,8	0,2	7,5	38	118.
TT	U						
итого за	второй завтрак						
		100	0,8	0,2	7,5	38	
		100	0,0	0,2	7,0	•	
0.5							
Обед	Свекольник на						
	мясном бульоне	200	1,74	3,56	9,62	77,6	136
	(мясной бульон,	200	1,/7	3,50	7,02	, , , 0	150
	морковь, лук,						
	картофель, масло						
	сливочное,						
	томатная паста,						
	сахар, сметана)						
	Котлета из						

	курицы (куриная	75	14,4	3,2	10,1	126,4	417
	грудка, молоко,		- ', '	- ;-	, -	, .	
	масло						
	растительное,						
	сухари						
	панировочные,						
	хлеб пшеничный,						
	соль						
	йодированная)						
	Каша гречневая						
	рассыпчатая						
	(вода, крупа						
	гречневая, масло						
	сливочное, соль	150	8,3	6,3	36	233,7	243
	йодированная)		•			•	
	подпрования)						
	Кисель из			·			
	концентрата						
	плодово –ягодный						
	с витамином С	200	1,4	0,0	29,0	122,0	516
	(концентрат киселя, сахар,	200	1,7	0,0	27,0	122,0	310
	вода)						
	води)						
	Хлеб ржаной						•
				I 0 - 1	4.5 -		T 4
		50	3,3	0,6	16,7	87	115
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,7	94	114
			-		ŕ		
Итого за	onen						
ETTULU 38	ООСД						
		715	32,18	13,98	121,12	740,7	
					ĺ	Ź	
Іолдник	Пряники						
юлдник	припики						
	1	<u> </u>					

	50	2.05	2.25	27.5	183	600
	50	2,95	2,35	37,5	183	608
Сок яблочно-						
виноградный	200	3,55	2,55	67,9	319	537
	200	3,33	2,33	07,5	317	337
Итого за полдник						1
итого за полдник						
	250	3,55	2,55	67,9	319	1
	230	3,33	2,33	07,5	31)	
Итого за день						
	1505	47,37	45,35	242,24	1667,7	
Среднее значение за период	:					
	1501,5	45,04	43,89	218,21	1468,87	