

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Сад (рацион)

Неделя: 1

День: Понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Кофейный напиток с молоком 3-7 лет*	180,0	2,9	2,4	14,4	91,0	414
	ДС(160) Суп молочный с макаронными изделиями*	200,0	5,8	5,2	18,8	145,0	100
	ДС(160) Сыр (порциями)*	15,0	3,5	4,4		54,0	7
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	9,3	53,0	
	ДС(160) Яйца вареные*	40,0	5,1	4,6	0,3	63,0	227
Итого за Завтрак		455,0	18,9	17,3	42,8	406,0	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Биточки паровые*	80,0	11,6	8,0	7,8	149,0	306
	ДС(160) Борщ с мясом*	200,0	7,9	5,8	11,0	128,0	68
	ДС(160) Напиток из плодов шиповника 3-7 года*	200,0	0,7	0,3	20,7	88,0	417
	ДС(160) Пюре картофельное*	130,0	2,7	4,2	17,7	119,0	339
	ДС(160) Салат из соленых огурцов с луком*	60,0	0,5	3,1	1,6	35,9	20
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		760,0	30,2	23,2	99,6	728,9	
Уплотненный							
	ДС(160) печенье*	50,0	3,9	5,1	35,0	204,0	
	ДС(160) Рыба отварная с соусом - Соус сметанный*	80,0	14,1	0,6	0,6	64,0	256
	ДС(160) Салат из свеклы с зеленым горошком*	60,0	1,0	2,5	4,9	46,0	35
	ДС(160) сок фруктовый*	160,0	0,8		16,0	67,0	418
	ДС(160) Соус сметанный*	30,0	0,4	1,5	1,8	22,0	372
	ДС(160) Хлеб пшеничный10*	10,0	0,9	0,3	4,7	26,6	
	ДС(160) Чай с лимоном180/7/7*	180,0	0,1	0,0	10,2	41,0	412
	ДС(160) Яблоки*	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
Итого за Уплотненный полдник		670,0	21,7	10,4	83,0	514,6	
Итого за день		2 065,0	76,0	55,4	232,5	1 739,5	

(лист 2)

Рацион: Сад (рацион)

Неделя: 1

День: Вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Соус сметанный*	30,0	0,4	1,5	1,8	22,0	372
	ДС(160) Суп молочный пшеничный*	200,0	5,2	5,1	16,4	132,0	101
	ДС(160) Сырники с морковью*	100,0	14,1	11,6	21,1	245,0	247
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	9,3	53,0	
	ДС(160) Чай с сахаром*	200,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
Итого за Завтрак		550,0	21,6	18,8	58,6	492,0	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Винегрет овощной*	60,0	0,8	3,7	5,1	57,0	46
	ДС(160) Запеканка из печени с рисом 3-7 лет*	185,0	22,5	9,1	24,7	271,0	311
	ДС(160) Компот из свежих плодов*	200,0	0,2	0,2	23,9	97,6	390
	ДС(160) Суп картофельный с бобовыми(горох)*	200,0	4,4	4,2	13,0	108,0	87
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		735,0	34,7	19,1	107,6	742,6	
Уплотненный							

ДС(160) Булочка "Веснушка"***	50,0	3,9	3,1	26,9	151,0	456
ДС(160) Рагу из овощей (3-7) с соусом томатным - Соус томатный*	155,0	2,4	11,0	14,4	166,0	148
ДС(160) сок фруктовый 180*	180,0	0,9		18,2	76,0	
ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
ДС(160) Яблоки*	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
Итого за Уплотненный полдник	505,0	9,3	15,1	79,4	490,0	
Итого за день	1 970,0	70,8	57,6	252,7	1 814,6	

Рацион: Сад (рацион)

Неделя: 1

День: Среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Кофейный напиток с молоком 3-7 лет*	180,0	2,9	2,4	14,4	91,0	414
	ДС(160) Пудинг из творога (запеченный)*	100,0	15,1	10,8	24,3	255,0	249
	ДС(160) Соус молочный (для подачи к блюду)*	30,0	0,6	1,6	2,1	25,0	368
	ДС(160) Суп молочный с пшениной крупой *	200,0	5,8	5,5	18,6	147,0	101
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
Итого за Завтрак		530,0	26,2	20,9	69,4	571,0	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Икра овощная*	60,0	0,8	2,5	4,3	42,6	56
	ДС(160) Компот из сушеных фруктов*	200,0	0,4	0,0	27,8	113,0	394
	ДС(160) Плов из цыплят	210,0	20,3	17,0	35,7	377,0	321
	ДС(160) Суп с рыбными консервами*	200,0	6,9	6,7	11,5	133,8	95
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		760,0	35,3	28,1	120,1	875,4	
Уплотненный							
	ДС(160) напиток витаминизированный*	125,0			6,0	25,0	
	ДС(160) Помидор солёный	50,0	0,6	0,1	0,8	6,5	
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	9,3	53,0	
	ДС(160) Чай с сахаром*	200,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
	ДС(160) Яблоки*	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
	ДС(160) Яйца, запеченные в сметанном соусе сметанном 3-7лет - Соус сметанный*	80,0	5,5	7,2	2,8	98,0	228
Итого за Уплотненный полдник		575,0	8,3	8,3	38,8	266,5	
Итого за день		2 045,0	74,9	61,9	235,4	1 802,9	

Рацион: Сад (рацион)

Неделя: 1

День: Четверг

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Какао с молоком 3-7 лет*	180,0	3,7	3,2	15,8	107,0	416
	ДС(160) Омлет с морковью 3-7 лет*	85,0	6,2	11,6	3,0	141,0	231
	ДС(160) Салат из горошка зеленого консервированного*	40,0	1,2	2,1	2,5	33,0	10
	ДС(160) суп молочный с овсяными хлопьями"Геркулес"*	200,0	5,9	5,9	17,9	148,8	101
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
Итого за Завтрак		525,0	18,8	23,4	49,2	482,8	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Запеканка картофельная с печенью*	150,0	11,6	7,3	23,6	206,0	164
	ДС(160) Кисель из сока натурального*	200,0	0,6	0,6	30,2	123,6	400
	ДС(160) Салат из свеклы*	60,0	0,9	3,7	5,0	56,0	34
	ДС(160) Суп картофельный с мясными фрикадельками*	200,0	5,3	4,1	12,4	108,0	89
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		700,0	25,2	17,6	112,0	702,6	
Уплотненный							
	ДС(160) Капуста тушеная (3-7)*	150,0	3,1	5,6	14,4	120,0	143
	ДС(160) напиток витаминизированный*	125,0			6,0	25,0	
	ДС(160) рыба запеченная в сметанном соусе*	80,0	9,1	4,9	1,9	89,0	266

ДС(160) Сдоба обыкновенная*	50,0	3,9	2,4	26,2	141,0	449
ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
ДС(160) Чай с лимоном180/7/7*	180,0	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Итого за Уплотненный полдник	605,0	18,1	13,5	68,7	469,0	
Итого за день	2 010,0	67,2	59,0	237,1	1 744,4	

Рацион: Сад (рацион)

Неделя: 1

День: Пятница

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) джем*	20,0	0,1		13,7	56,6	
	ДС(160) Запеканка из творога с морковью*	100,0	11,7	10,3	23,8	234,0	252
	ДС(160) суп молочный с ячневой крупой*	200,0	5,6	5,2	18,4	142,0	
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
	ДС(160) Чай с сахаром*	200,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
Итого за Завтрак		540,0	19,1	16,1	75,9	525,6	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Борщ с капустой и картофелем*	200,0	1,5	3,9	10,2	82,0	63
	ДС(160) Гуляш из отварного мяса 3-7 лет*	160,0	20,6	16,3	5,2	250,0	293
	ДС(160) Каша рассыпчатая с маслом сливочным*	150,0	6,3	4,5	38,9	221,0	330
	ДС(160) Компот из свежих плодов*	200,0	0,2	0,2	23,9	97,6	390
	ДС(160) Салат из квашеной капусты*	60,0	1,0	3,0	3,3	37,0	21
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		860,0	36,4	29,8	122,4	896,6	
Уплотненный							
	ДС(160) Котлеты картофельные с маслом*	155,0	4,9	7,8	31,7	216,0	150
	ДС(160) огурцы соленые*	50,0	0,4	0,1	0,9	3,5	
	ДС(160) пряники*	50,0	2,4	1,4	38,9	167,0	
	ДС(160) сок фруктовый 180*	180,0	0,9		18,2	76,0	
	ДС(160) Соус сметанный*	30,0	0,4	1,5	1,8	22,0	372
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
	ДС(160) Яблоки*	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
Итого за Уплотненный полдник		585,0	11,1	11,8	111,2	581,5	
Итого за день		2 165,0	71,9	62,2	316,7	2 093,7	

Рацион: Сад (рацион)

Неделя: 2

День: Понедельник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Кофейный напиток с молоком 3-7 лет*	180,0	2,9	2,4	14,4	91,0	414
	ДС(160) Суп молочный с макаронными изделиями*	200,0	5,8	5,2	18,8	145,0	100
	ДС(160) Сыр (порциями)*	15,0	3,5	4,4		54,0	7
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
	ДС(160) Яйца вареные*	40,0	5,1	4,6	0,3	63,0	227
Итого за Завтрак		455,0	18,9	17,3	43,4	406,0	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Борщ с капустой и картофелем*	200,0	1,5	3,9	10,2	82,0	63
	ДС(160) Компот из сушеных фруктов*	200,0	0,4	0,0	27,8	113,0	394
	ДС(160) Мясо отварное 3-7 лет*	85,0	22,8	3,1	0,5	120,0	289
	ДС(160) Пюре картофельное*	130,0	2,7	4,2	17,7	119,0	339
	ДС(160) Салат из соленых огурцов с луком*	60,0	0,5	3,1	1,6	35,9	20
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		765,0	34,7	16,2	98,6	678,9	
Уплотненный							
	ДС(160) Котлеты рыбные любительские с маслом 3-7 лет*	80,0	11,2	3,9	9,0	116,0	272
	ДС(160) печенье*	50,0	3,9	5,1	35,0	204,0	

ДС(160) Свекла, тушенная в сметане (3-7) *	150,0	3,1	9,5	14,1	155,0	145
ДС(160) сок фруктовый*	160,0	0,8		16,0	67,0	418
ДС(160) Хлеб пшеничный15*	15,0	1,3		7,0	40,0	
ДС(160) Чай с лимоном180/7/7*	180,0	0,1	0,0	10,2	41,0	412
ДС(160) Яблоки*	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
Итого за Уплотненный полдник	735,0	20,8	19,0	101,2	667,0	
Итого за день	2 135,0	79,7	56,9	250,4	1 841,9	

Рацион: Сад (рацион)

Неделя: 2

День: Вторник

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Запеканка из творога*	100,0	17,8	12,1	18,4	253,0	251
	ДС(160) Молоко сгущенное	20,0	1,4	1,7	11,0	64,0	
	ДС(160) суп молочный с крупой рисовой*	200,0	4,8	5,1	16,8	132,0	
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
	ДС(160) Чай с сахаром*	200,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
Итого за Завтрак		540,0	25,9	19,6	66,2	542,0	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Запеканка картофельная с печенью с маслом 3-7 лет*	165,0	10,2	6,3	27,3	206,0	308
	ДС(160) Икра овощная*	60,0	0,8	2,5	4,3	42,6	56
	ДС(160) Компот из свежих плодов*	200,0	0,2	0,2	23,9	97,6	390
	ДС(160) Суп картофельный с бобовыми(фасоль)*	200,0	4,1	4,3	12,9	107,0	87
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		715,0	22,1	15,1	109,3	662,2	
Уплотненный							
	ДС(160) Какао с молоком 3-7 лет*	180,0	3,7	3,2	15,8	107,0	416
	ДС(160) Каша вязкая из смеси круп с тыквой*	205,0	7,0	7,6	28,3	209,0	
	ДС(160) Крендель сахарный*	75,0	5,3	9,9	41,8	277,0	443
	ДС(160) напиток витаминизированный*	125,0			6,0	25,0	
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	9,3	53,0	
	ДС(160) Яблоки*	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
Итого за Уплотненный полдник		705,0	18,2	21,7	111,1	715,0	
Итого за день		2 140,0	71,3	60,8	293,8	2 009,2	

Рацион: Сад (рацион)

Неделя: 2

День: Среда

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Драчена 3-7 лет*	85,0	8,5	11,7	5,1	160,0	242
	ДС(160) Кофейный напиток с молоком 3-7 лет*	180,0	2,9	2,4	14,4	91,0	414
	ДС(160) Суп молочный с пшениной крупой *	200,0	5,8	5,5	18,6	147,0	101
	ДС(160) Сыр (порциями)*	15,0	3,5	4,4		54,0	7
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
Итого за Завтрак		500,0	22,4	24,7	48,0	505,0	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Котлеты рубленые из птицы*	80,0	15,6	3,9	13,5	151,0	322
	ДС(160) Пюре картофельное*	130,0	2,7	4,2	17,7	119,0	339
	ДС(160) Салат из квашеной капусты*	60,0	1,0	3,0	3,3	37,0	21
	ДС(160) Соки овощные*	180,0	1,8		5,2	30,0	418
	ДС(160) Соус сметанный*	30,0	0,4	1,5	1,8	22,0	372
	ДС(160) Суп с рыбными консервами*	200,0	6,9	6,7	11,5	133,8	95
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		770,0	35,3	21,2	93,8	701,8	
Уплотненный							
	ДС(160) Булочка школьная*	60,0	5,0	1,9	33,6	172,0	455
	ДС(160) Крупеник (вариант 2)*	200,0	22,5	16,0	43,9	409,0	200,01
	ДС(160) Соус молочный (для подачи к блюду)*	30,0	0,6	1,6	2,1	25,0	368
	ДС(160) Хлеб пшеничный15*	15,0	1,3		7,0	40,0	
	ДС(160) Чай с сахаром*	200,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
	ДС(160) Яблоки*	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386

Итого за Уплотненный полдник	605,0	29,9	19,9	106,3	730,0	
Итого за день	2 055,0	92,8	70,2	255,3	2 026,8	

Рацион: Сад (рацион)		Неделя: 2		День: Четверг			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Икра кабачковая*	60,0	0,7	2,8	4,6	47,0	57
	ДС(160) Какао с молоком 3-7 лет*	180,0	3,7	3,2	15,8	107,0	416
	ДС(160) Омлет с сыром 3-7 лет*	85,0	9,1	15,8	1,4	184,0	230
	ДС(160) суп молочный с овсяными хлопьями"Геркулес"*	200,0	5,9	5,9	17,9	148,8	101
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
Итого за Завтрак		545,0	21,2	28,4	49,7	539,8	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Кисель из плодов шиповника (витаминный)*	200,0			27,5	112,0	399
	ДС(160) Макароны отварные с маслом*	150,0	5,5	4,5	26,4	168,0	335
	ДС(160) Салат из картофеля с солеными огурцами*	60,0	0,8	3,1	5,0	52,0	23
	ДС(160) Соус молочный (для запекания овощей, мяса, рыбы)*	80,0	2,1	7,1	7,9	106,6	370
	ДС(160) Суп картофельный с мясными фрикадельками*	200,0	5,3	4,1	12,4	108,0	89
	ДС(160) Суфле печени с рисом - Соус молочный для запекания*	80,0	7,6	4,3	8,5	103,0	301
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		860,0	28,2	25,1	128,6	858,6	
Уплотненный							
	ДС(160) Булочка "Октябренок"*	60,0	6,8	1,7	33,9	179,0	454
	ДС(160) Капуста тушеная (3-7)*	150,0	3,1	5,6	14,4	120,0	143
	ДС(160) напиток витаминизированный*	125,0			6,0	25,0	
	ДС(160) Рыба припущенная*	85,0	13,5	0,5	0,3	60,0	259
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
	ДС(160) Чай с лимоном180/7/7*	180,0	0,1	0,0	10,2	41,0	412
Итого за Уплотненный полдник		620,0	25,3	8,5	74,8	478,0	
Итого за день		2 205,0	80,0	66,5	260,3	1 966,4	

Рацион: Сад (рацион)		Неделя: 2		День: Пятница			
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Завтрак							
	ДС(160) Запеканка из макарон с творогом*	205,0	14,0	12,9	37,2	321,0	225
	ДС(160) Кисель молочный*	200,0	4,2	3,7	30,2	171,0	402
	ДС(160) суп молочный с ячневой крупой*	200,0	5,6	5,2	18,4	142,0	
	ДС(160) Хлеб пшеничный*	20,0	1,8	0,7	10,0	53,0	
Итого за Завтрак		625,0	25,5	22,5	95,8	687,0	
Завтрак 2							
	ДС(160) кефир *	180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	420
Итого за Завтрак 2		180,0	5,2	4,5	7,2	90,0	
Обед							
	ДС(160) Борщ с капустой и картофелем*	200,0	1,5	3,9	10,2	82,0	63
	ДС(160) Жаркое по-домашнему 3-7 лет*	220,0	27,5	7,5	22,0	265,0	292
	ДС(160) Компот из сушеных фруктов*	200,0	0,4	0,0	27,8	113,0	394
	ДС(160) Помидор солёный	50,0	0,6	0,1	0,8	6,5	
	ДС(160) Хлеб пшеничный40*	40,0	3,6	1,3	18,7	106,0	
	ДС(160) Хлеб ржаной*	50,0	3,3	0,6	22,2	103,0	
Итого за Обед		760,0	36,8	13,4	101,6	675,5	
Уплотненный							
	ДС(160) Запеканка со свежими плодами*	200,0	6,9	5,8	43,2	252,0	204,01
	ДС(160) пряники*	50,0	2,4	1,4	38,9	167,0	
	ДС(160) сок фруктовый*	160,0	0,8		16,0	67,0	418
	ДС(160) Соус яблочный*	30,0			5,1	20,8	380

ДС(160) Хлеб пшеничный10*	10,0	0,9	0,3	4,7	26,6	
ДС(160) Чай с сахаром*	200,0	0,1	0,0	10,0	40,0	411
ДС(160) Яблоки*	100,0	0,4	0,4	9,8	44,0	386
Итого за Уплотненный полдник	750,0	11,4	7,9	127,7	617,4	
Итого за день	2 315,0	79,0	48,3	332,2	2 069,9	

Итого за период		763,6	598,7	2 666,4	19 109,3	
Среднее значение за период		763,6	598,7	2666,4	19109,3	

Составил _____

Утвердил _____