

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная категория: Возраст 3 - 7 лет

Наименование блюда	Вес блюда,г	Пищевые вещества			Энергетиче ская ценность, ккал	Витамины				Минералы				Тех. карта
		Белки,г	Жиры,г	Угледо ы,г		В1,мг	С,мг	А,рет. экв.	Д,мкг	Са,мг	Р,мг	Mg,мг	Fe,мг	
День 1														
Завтрак														
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Чай с сахаром	180	0,180	0,046	6,210	25,965	0,001	0,090	0,450	0,000	4,455	7,416	3,960	0,738	№54-2гн
Каша пшенная рассыпчатая	180	8,118	8,842	46,755	299,066	0,296	0,000	42,876	0,180	22,242	165,726	58,434	1,931	PK522-54-16г
Всего	400,00	10,538	9,368	69,365	403,831	0,468	0,250	43,326	0,180	55,897	223,142	67,194	3,801	
Завтрак второй														
Сок фруктовый для детского питания	200	0,200	0,200	23,200	95,400	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	№15/200
Всего	200,00	0,200	0,200	23,200	95,400	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
Обед														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Огурцы соленые порционные	60	0,600	0,060	1,200	7,800	0,012	3,000	3,000	0,000	13,800	14,400	8,400	0,360	PK66-121 (3-7)
Плов из отварной курицы	180	13,388	18,054	31,108	340,474	0,083	2,011	99,324	0,000	20,927	165,514	35,989	1,478	PK05-375г.
Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180	1,727	5,146	10,050	93,429	0,047	14,192	61,120	0,009	33,989	43,976	19,982	0,908	№54-2с
Компот из смеси сухофруктов	180	0,517	0,000	19,449	79,821	0,001	0,045	22,500	0,000	2,835	4,455	2,182	0,068	№54-1хн
Всего	664,00	20,369	23,980	89,800	656,436	0,375	19,407	185,944	0,033	106,271	299,225	74,474	4,096	
Полдник														
Чай с сахаром	180	0,140	0,036	17,668	71,547	0,000	0,070	0,350	0,000	3,465	5,768	3,080	0,574	№392/2

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ рп Корфовский
МБДОУ р.п. Корфовский
Кузьмина Наталья. Владимировна.

Творожная масса (промышленного производства)	100	13,000	8,000	7,500	190,000	0,040	20,000	40,000	0,000	148,000	198,000	20,000	0,400	№500
Всего	280,00	13,140	8,036	25,168	261,547	0,040	20,070	40,350	0,000	151,465	203,768	23,080	0,974	
Всего	1544,00	44,247	41,583	207,533	1417,214	0,884	39,727	269,620	0,213	313,633	726,135	164,748	8,871	
День 2														
Завтрак														
Суп с манной крупой (огранич. меню)	180	1,483	3,740	10,167	80,267	0,058	0,000	0,432	0,000	2,883	12,319	2,594	0,144	№1153
Яйцо отварное	40	5,080	4,600	0,280	62,840	0,028	0,000	104,000	0,880	22,000	36,800	4,800	1,000	№54-6о
Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	93,520	0,100	0,000	0,000	0,040	9,200	34,800	5,200	0,252	№13
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Всего	440,00	9,783	8,756	35,953	261,746	0,186	0,030	104,582	0,920	35,568	86,391	13,914	1,642	
Обед														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Суп картофельный с вермишелью	180	1,453	2,059	14,744	83,318	0,092	5,985	38,052	0,007	9,603	43,398	17,298	0,678	№82
Картофель отварной	150	3,026	4,406	24,492	149,729	0,181	15,000	28,282	0,105	21,150	89,122	34,851	1,404	№310
Курица тушеная с морковью	70	10,522	4,631	3,436	97,458	0,048	1,183	99,254	0,032	17,756	90,353	43,834	0,806	PK522-54-30м
Сельдь (порционная)	60	10,200	5,100	0,000	87,000	0,048	0,300	18,000	0,000	30,000	132,000	21,000	0,780	№8
Чай с лимоном и сахаром	180	0,163	0,032	6,404	26,556	0,003	2,850	0,390	0,000	5,275	5,660	3,040	0,452	№393
Всего	704,00	29,500	16,949	77,067	578,974	0,604	25,478	183,979	0,168	118,504	431,414	127,943	5,403	
Полдник														
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	93,520	0,100	0,000	0,000	0,040	9,200	34,800	5,200	0,252	№13
Сыр полутвердый (порциями)	15	3,660	4,425	0,000	54,600	0,008	0,105	43,200	0,225	84,000	66,000	5,250	0,150	№54-1з

Всего	235,00	6,880	4,840	25,506	173,239	0,108	0,135	43,350	0,265	94,685	103,272	11,770	0,648	
Всего	1379,00	46,163	30,545	138,527	1013,959	0,897	25,643	331,911	1,353	248,757	621,077	153,627	7,693	
День 3														
Завтрак														
Каша ячневая рассыпчатая с луком	100	2,920	2,882	18,810	112,787	0,083	1,500	0,000	0,000	30,772	103,500	16,788	0,702	PK522-245
Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	93,520	0,100	0,000	0,000	0,040	9,200	34,800	5,200	0,252	№13
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Всего	320,00	6,140	3,298	44,316	231,427	0,183	1,530	0,150	0,040	41,457	140,772	23,308	1,200	
Завтрак второй														
Груши нарезка	100	0,400	0,300	10,300	45,500	0,020	5,000	2,000	0,000	19,000	16,000	12,000	2,300	№368
Всего	100,00	0,400	0,300	10,300	45,500	0,020	5,000	2,000	0,000	19,000	16,000	12,000	2,300	
Обед														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Салат из моркови с яблоком	60	0,560	3,710	4,448	53,429	0,028	3,780	186,960	0,000	13,116	22,644	15,864	0,414	PK05-22
Рассольник "Ленинградский"	180	4,943	7,189	12,218	133,358	0,090	6,804	51,156	0,000	15,192	81,360	21,852	0,983	№76к
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,720	6,041	39,441	247,015	0,297	0,000	24,901	0,104	16,546	207,039	138,148	4,650	№313
Курица в соусе с томатом	70	19,713	23,305	2,632	299,238	0,089	2,563	121,493	0,107	21,275	184,408	24,080	1,899	№179
Компот из свежемороженных ягод	180	0,144	0,072	7,524	32,796	0,004	7,200	0,900	0,000	5,400	3,600	2,700	0,180	№491
Всего	704,00	38,216	41,038	94,256	900,748	0,740	20,507	385,410	0,235	106,249	569,931	210,564	9,409	
Полдник														
Творожная масса (промышленного производства)	100	13,000	8,000	7,500	190,000	0,040	20,000	40,000	0,000	148,000	198,000	20,000	0,400	№500
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Всего	280,00	13,060	8,015	13,686	215,119	0,040	20,030	40,150	0,000	149,485	200,472	21,320	0,646	
Всего	1404,00	57,816	52,651	162,558	1392,794	0,983	47,067	427,710	0,275	316,191	927,175	267,192	13,554	

День 4														
Завтрак														
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,140	0,075	0,000	0,000	0,030	6,900	26,100	3,900	0,189	№13
Рис отварной	150	3,814	5,470	40,014	224,544	0,044	0,000	30,804	0,136	6,976	82,667	27,137	0,568	№54-6г
Всего	360,00	6,244	5,785	60,690	319,803	0,119	0,030	30,954	0,166	15,361	111,239	32,357	1,003	
Обед														
Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	93,520	0,100	0,000	0,000	0,040	9,200	34,800	5,200	0,252	№13
Хлеб ржаной	24	1,344	0,288	9,840	47,280	0,103	0,096	0,000	0,000	17,520	30,000	2,880	0,679	№12
Салат из свеклы с черносливом	60	0,922	3,137	10,702	74,533	0,011	5,080	1,580	0,000	22,930	26,110	16,900	0,866	№37
Суп картофельный с бобовыми и курицей	180	9,611	9,710	17,713	196,681	0,176	7,043	89,109	0,000	46,553	169,340	40,569	2,090	№67
Жаркое по-домашнему из курицы	150	19,852	5,350	14,824	186,887	0,160	8,530	31,503	0,098	20,854	185,545	87,163	1,985	PK522-54-33м
Напиток из плодов шиповника	180	0,612	0,252	18,494	78,692	0,013	180,000	147,060	0,000	10,800	3,060	3,060	0,540	№398
Всего	634,00	35,501	19,136	90,893	677,593	0,562	200,750	269,252	0,138	127,857	448,855	155,771	6,412	
Полдник														
Макароны отварные с сыром	150	17,486	13,122	88,379	541,695	0,221	0,105	87,368	0,420	108,967	176,820	25,329	2,174	№15
Кисель из повидла	180	0,059	0,000	16,695	67,005	0,014	0,273	0,000	0,000	4,050	5,373	0,945	0,175	№401
Всего	330,00	17,546	13,122	105,074	608,700	0,235	0,378	87,368	0,420	113,017	182,193	26,274	2,349	
Всего	1324,00	59,291	38,043	256,657	1606,096	0,916	201,158	387,573	0,724	256,236	742,287	214,403	9,764	
День 5														
Завтрак														
Яйцо отварное	40	5,080	4,600	0,280	62,840	0,028	0,000	104,000	0,880	22,000	36,800	4,800	1,000	№54-6о
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,728	7,207	39,453	257,589	0,297	0,000	32,184	0,136	16,456	207,287	138,137	4,651	№54-4г
Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	93,520	0,100	0,000	0,000	0,040	9,200	34,800	5,200	0,252	№13

Всего	410,00	17,028	12,222	65,239	439,068	0,426	0,030	136,334	1,056	49,141	281,359	149,457	6,149	
Завтрак второй														
Сок фруктовый для детского питания	200	0,200	0,200	23,200	95,400	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	№15/200
Всего	200,00	0,200	0,200	23,200	95,400	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
Обед														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Суп картофельный с рыбой	180	8,006	4,290	14,290	126,599	0,140	9,207	42,300	0,193	21,951	136,458	33,984	1,031	PK527-41т
Капуста тушёная	150	3,837	6,436	16,479	139,264	0,075	101,225	45,160	0,000	88,020	70,220	34,620	1,306	№132
Курица в соусе с томатом	105	29,569	34,957	3,948	448,858	0,134	3,844	182,240	0,160	31,912	276,612	36,120	2,848	№179
Всего	499,00	45,548	46,403	62,710	849,633	0,581	114,436	269,700	0,377	176,603	554,170	112,644	6,468	
Полдник														
Кисломолочный продукт (варенец)	180	5,220	4,500	7,380	90,900	0,054	1,440	39,600	0,000	212,400	172,800	28,800	0,180	PK510-143
Блинчики	70	3,883	2,445	22,111	125,836	0,054	0,000	15,106	0,128	9,983	30,731	5,449	0,507	№447
Всего	250,00	9,103	6,945	29,491	216,736	0,108	1,440	54,706	0,128	222,383	203,531	34,249	0,687	
Всего	1359,00	71,879	65,771	180,640	1600,836	1,114	115,906	460,740	1,561	448,127	1039,060	296,350	13,304	
День 6														
Завтрак														
Хлеб пшеничный	30	2,370	0,300	14,490	70,140	0,075	0,000	0,000	0,030	6,900	26,100	3,900	0,189	№13
Сыр полутвердый (порциями)	15	3,660	4,425	0,000	54,600	0,008	0,105	43,200	0,225	84,000	66,000	5,250	0,150	№54-1з
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Всего	225,00	6,090	4,740	20,676	149,859	0,083	0,135	43,350	0,255	92,385	94,572	10,470	0,585	
Завтрак второй														
Груши нарезка	100	0,400	0,300	10,300	45,500	0,020	5,000	2,000	0,000	19,000	16,000	12,000	2,300	№368
Всего	100,00	0,400	0,300	10,300	45,500	0,020	5,000	2,000	0,000	19,000	16,000	12,000	2,300	
Обед														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13

Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Салат "Витаминный"	100	1,283	5,202	6,057	76,180	0,035	33,250	117,550	0,000	34,490	30,747	18,685	0,636	PK05-02
Суп картофельный с клецками	1000	9,557	14,877	60,356	413,388	0,343	24,093	245,353	0,264	58,984	197,550	73,236	3,109	PK522-54-6с
Гороховое пюре	150	17,319	1,205	36,219	225,147	0,610	0,000	1,506	0,000	91,011	171,078	80,835	5,155	PK05-388.
Шницель из курицы	70	14,420	3,870	10,906	136,079	0,099	0,072	7,353	0,189	41,052	117,747	50,128	1,036	PK522-54-29м
Чай с лимоном и сахаром	180	0,163	0,032	6,404	26,556	0,003	2,850	0,390	0,000	5,275	5,660	3,040	0,452	№393
Всего	1564,00	46,878	25,906	147,935	1012,262	1,322	60,425	372,152	0,477	265,532	593,662	233,844	11,672	
Полдник														
Компот из смеси сухофруктов (курага, чернослив)	180	1,012	0,135	27,940	117,022	0,016	1,215	16,200	0,000	32,400	30,780	27,945	0,837	№55
Творожная масса (промышленного производства)	100	13,000	8,000	7,500	190,000	0,040	20,000	40,000	0,000	148,000	198,000	20,000	0,400	№500
Всего	280,00	14,012	8,135	35,440	307,022	0,056	21,215	56,200	0,000	180,400	228,780	47,945	1,237	
Всего	2169,00	67,380	39,081	214,351	1514,643	1,481	86,775	473,702	0,732	557,317	933,014	304,259	15,794	
День 7														
Завтрак														
Рис отварной	150	3,814	5,470	40,014	224,544	0,044	0,000	30,804	0,136	6,976	82,667	27,137	0,568	№54-6г
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Всего	354,00	5,770	5,725	57,792	305,775	0,104	0,030	30,954	0,160	13,981	106,019	31,577	0,965	
Обед														
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Суп картофельный с вермишелью с курицей	180	6,768	7,401	14,965	153,540	0,114	6,642	58,932	0,007	16,920	93,189	23,006	1,178	№82
Икра кабачковая (готовая продукция)	50	0,950	4,450	3,850	59,250	0,025	7,500	20,000	0,000	13,750	16,200	10,300	0,450	№53
Жаркое по-домашнему из курицы	150	19,852	5,350	14,824	186,887	0,160	8,530	31,503	0,098	20,854	185,545	87,163	1,985	PK522-54-33м
Компот из свежемороженой ягод	200	0,160	0,080	8,360	36,440	0,004	8,000	1,000	0,000	6,000	4,000	3,000	0,200	№491

Всего	644,00	31,867	18,000	69,991	571,029	0,534	30,832	111,435	0,129	92,244	369,814	131,389	5,097	
Полдник														
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701c
Оладьи с повидлом	70	3,035	4,352	21,846	138,564	0,047	0,021	4,412	0,037	8,565	26,085	4,930	0,435	№450 B
Всего	250,00	3,095	4,367	28,032	163,683	0,048	0,051	4,562	0,037	10,050	28,557	6,250	0,681	
Всего	1248,00	40,732	28,093	155,815	1040,486	0,686	30,914	146,951	0,327	116,275	504,390	169,216	6,743	
День 8														
Завтрак														
Суп с манной крупой (огранич. меню)	180	1,483	3,740	10,167	80,267	0,058	0,000	0,432	0,000	2,883	12,319	2,594	0,144	№1153
Яйцо отварное	40	5,080	4,600	0,280	62,840	0,028	0,000	104,000	0,880	22,000	36,800	4,800	1,000	№54-6o
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701c
Всего	424,00	8,519	8,596	28,225	224,338	0,146	0,030	104,582	0,904	31,888	72,471	11,834	1,541	
Завтрак второй														
Сок фруктовый для детского питания	200	0,200	0,200	23,200	95,400	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	№15/200
Всего	200,00	0,200	0,200	23,200	95,400	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	0,000	
Обед														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Огурцы соленые порционные	60	0,600	0,060	1,200	7,800	0,012	3,000	3,000	0,000	13,800	14,400	8,400	0,360	PK66-121 (1-3)
Свекольник	180	6,940	9,194	12,688	161,114	0,083	9,693	92,592	0,081	40,118	101,336	28,931	1,586	PK530-34
Рис отварной	150	3,814	5,470	40,014	224,544	0,044	0,000	30,804	0,136	6,976	82,667	27,137	0,568	№54-6г
Рыба (минтай) тушеная в сметанном соусе	80	8,364	3,832	3,034	80,216	0,071	1,351	98,103	0,269	31,919	134,446	33,831	0,593	№143
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701c
Всего	714,00	23,914	19,291	91,114	633,705	0,442	14,234	224,649	0,510	129,017	406,200	107,540	4,636	

Полдник														
Творожная масса (промышленного производства)	100	13,000	8,000	7,500	190,000	0,040	20,000	40,000	0,000	148,000	198,000	20,000	0,400	№500
Компот из смеси сухофруктов	180	0,414	0,000	14,540	59,780	0,001	0,036	18,000	0,000	2,268	3,564	1,746	0,054	№376
Всего	280,00	13,414	8,000	22,040	249,780	0,041	20,036	58,000	0,000	150,268	201,564	21,746	0,454	
Всего	1618,00	46,048	36,087	164,579	1203,223	0,628	34,301	387,231	1,414	311,173	680,235	141,119	6,632	
День 9														
Завтрак														
Каша пшеничная рассыпчатая	150	6,919	4,699	39,330	229,684	0,240	0,000	16,987	0,075	24,450	228,112	73,215	2,042	PK522-243
Хлеб пшеничный	40	3,160	0,400	19,320	93,520	0,100	0,000	0,000	0,040	9,200	34,800	5,200	0,252	№13
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Всего	370,00	10,139	5,114	64,836	348,323	0,341	0,030	17,137	0,115	35,135	265,384	79,735	2,540	
Обед														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Салат картофельный с зелёным горошком и соевым огурцом	60	1,188	3,827	6,126	63,712	0,047	4,656	10,740	0,000	8,712	28,488	11,196	0,511	№119
Щи из квашеной капусты с картофелем на воде	180	1,217	3,736	6,240	63,491	0,043	16,321	252,622	0,000	28,385	31,420	14,900	0,635	№92
Каша гречневая рассыпчатая	150	8,728	7,207	39,453	257,589	0,297	0,000	32,184	0,136	16,456	207,287	138,137	4,651	№54-4г
Курица тушеная с морковью	70	10,522	4,631	3,436	97,458	0,048	1,183	99,254	0,032	17,756	90,353	43,834	0,806	PK522-54-30м
Чай с лимоном и сахаром	180	0,163	0,032	6,404	26,556	0,003	2,850	0,390	0,000	5,275	5,660	3,040	0,452	№393
Всего	704,00	25,955	20,153	89,650	643,718	0,670	25,170	395,190	0,192	111,304	434,088	219,028	8,338	
Полдник														
Макароны отварные с сыром	150	8,585	7,760	31,473	230,207	0,084	0,105	60,414	0,301	94,770	105,899	12,511	0,886	PK522-54-3г
Кисель из повидла	180	0,059	0,000	16,695	67,005	0,014	0,273	0,000	0,000	4,050	5,373	0,945	0,175	№401
Всего	330,00	8,644	7,760	48,168	297,212	0,097	0,378	60,414	0,301	98,820	111,272	13,456	1,061	

Всего	1404,00	44,738	33,027	202,654	1289,253	1,109	25,578	472,74 2	0,608	245,25 9	810,74 5	312,21 9	11,939	
День 10														
Завтрак														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Яйцо отварное	40	5,080	4,600	0,280	62,840	0,028	0,000	104,00 0	0,880	22,000	36,800	4,800	1,000	№54-6о
Каша пшенная рассыпчатая	180	8,118	8,842	46,755	299,066	0,296	0,000	42,876	0,180	22,242	165,72 6	58,434	1,931	PK522-54-16г
Чай с сахаром	180	0,060	0,015	6,186	25,119	0,000	0,030	0,150	0,000	1,485	2,472	1,320	0,246	PK56-701с
Всего	424,00	15,154	13,697	64,813	443,137	0,384	0,030	147,02 6	1,084	51,247	225,87 8	67,674	3,328	
Завтрак второй														
Яблоки (чищенные)	100	0,400	0,400	9,800	44,400	0,030	10,000	5,000	0,000	16,000	11,000	9,000	0,800	№368
Всего	100,00	0,400	0,400	9,800	44,400	0,030	10,000	5,000	0,000	16,000	11,000	9,000	0,800	
Обед														
Хлеб пшеничный	24	1,896	0,240	11,592	56,112	0,060	0,000	0,000	0,024	5,520	20,880	3,120	0,151	№13
Хлеб ржаной	40	2,240	0,480	16,400	78,800	0,172	0,160	0,000	0,000	29,200	50,000	4,800	1,132	№12
Суп картофельный с рисом и рыбными консервами	180	7,198	6,289	11,755	132,439	0,074	6,723	72,234	0,860	21,263	114,57 9	24,212	0,858	№122
Рагу из овощей	140	3,152	6,458	18,648	145,194	0,122	36,000	163,76 0	0,000	53,984	90,880	42,736	1,639	PK513-77
Курица в соусе с томатом	70	19,713	23,305	2,632	299,238	0,089	2,563	121,49 3	0,107	21,275	184,40 8	24,080	1,899	№179
Компот из яблок с лимоном	180	0,237	0,186	22,239	91,579	0,016	7,020	2,376	0,000	9,720	6,336	4,806	0,398	PK513-242
Всего	634,00	34,435	36,958	83,266	803,363	0,533	52,466	359,86 3	0,991	140,96 2	467,08 3	103,75 4	6,077	
Полдник														
Кисломолочный продукт (кефир)	180	5,220	5,400	7,200	87,480	0,072	1,260	39,600	0,054	216,00 0	162,00 0	25,200	0,180	PK05-470
Блинчики	70	3,883	2,445	22,111	125,836	0,054	0,000	15,106	0,128	9,983	30,731	5,449	0,507	№447
Всего	250,00	9,103	7,845	29,311	213,316	0,126	1,260	54,706	0,182	225,98 3	192,73 1	30,649	0,687	
Всего	1408,00	59,092	58,900	187,190	1504,216	1,073	63,756	566,59 5	2,257	434,19 2	896,69 2	211,07 7	10,892	
Среднее значение за день:	1485,70	53,739	42,378	187,050	1358,272	0,977	67,082	392,47 8	0,946	324,71 6	788,08 1	223,42 1	10,519	

Среднее значение за Завтрак	372,70	9,541	7,730	51,191	312,731	0,244	0,213	65,840	0,488	42,206	160,72 3	48,752	2,275	
Среднее значение за Завтрак второй	150,00	0,300	0,267	16,667	70,267	0,012	3,333	1,500	0,000	9,000	7,167	5,500	0,900	
Среднее значение за Обед	746,50	33,218	26,781	89,668	732,746	0,636	56,371	275,75 8	0,325	137,45 4	457,44 4	147,69 5	6,761	
Среднее значение за Полдник	276,50	10,800	7,707	36,191	270,635	0,090	8,499	49,981	0,133	139,65 6	165,61 4	23,674	0,942	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 669156940959655819463310575184336563501118402947

Владелец Кузьмина Наталья Владимировна

Действителен с 27.01.2025 по 27.01.2026