

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		7,34	6,96	34,97	232,47
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,12	0,00	8,52	36,00
			10,70	11,06	50,49	330,47
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150		0,60	0,60	14,80	66,30
			0,60	0,60	14,80	66,30
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50		0,38	0,00	0,88	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10		5,00	7,70	11,00	179,00
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80		6,10	6,40	3,30	125,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150		3,00	4,80	19,50	134,30
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180		0,12	0,12	23,60	96,84
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20		1,50	0,60	10,30	52,40
			17,73	19,82	79,21	645,67
Полдник						
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200		20,00	18,50	33,50	204,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180		5,54	2,03	3,51	153,90
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63
ПЕЧЕНЬЕ	50		7,00	9,00	37,25	253,30
			34,17	29,73	84,89	662,83
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,20	61,21	229,39	1 705,27

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т.

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 2**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30		3,39	6,90	10,00	69,00
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		6,70	9,70	24,40	211,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
			13,29	18,40	48,00	357,00
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,96	0,24	17,80	78,00
			0,96	0,24	17,80	78,00
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,50	0,13	1,90	12,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ.	200/10/1		4,20	5,20	6,60	118,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200		19,30	21,00	22,00	355,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,60	0,24	22,00	93,00
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20		1,50	0,60	10,30	52,40
			27,10	27,29	69,20	661,40
Полдник						
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70		11,62	11,66	0,28	113,40
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130		2,70	4,60	17,50	119,40
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180		0,12	0,12	21,72	88,20
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50		4,82	1,59	28,06	145,66
			20,26	18,09	73,96	497,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			61,61	64,02	208,96	1 594,06

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т.

**МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 3**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		30	1,40	2,10	15,80	68,00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО		50	1,50	2,70	3,00	40,50
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		150	15,40	21,00	2,90	149,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	2,80	2,40	12,70	84,00
			21,10	28,20	34,40	341,50
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ		150	0,60	0,50	15,50	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		50	0,40	0,00	1,30	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		200/20	4,50	2,40	12,50	92,00
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ		70/70	12,18	17,78	15,68	270,20
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		130	7,20	5,90	33,00	240,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		180/15	0,12	0,00	8,20	33,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,00	0,12	6,40	31,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
			26,50	26,70	84,78	713,10
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		200	16,00	16,00	14,27	212,40
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ		180	0,12	0,01	16,90	64,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,63	0,20	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ		15	1,10	0,50	7,70	39,30
ЙОГУРТ В ИНД УПАКОВКЕ		125	3,50	3,13	5,60	70,60
			22,35	19,84	55,10	438,73
			70,55	75,24	189,78	1 563,83
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:						

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00	
		13,04	15,30	49,60	372,00	
II Завтрак						
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	120	0,96	0,24	9,00	45,60	
		0,96	0,24	9,00	45,60	
Обед						
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,75	7,63	6,00	96,00	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	141,00	
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,10	5,30	20,10	165,00	
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,50	2,00	9,80	67,00	
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25	1,88	0,75	12,90	66,00	
		22,46	24,18	78,13	620,63	
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,01	11,83	20,93	283,30	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	
ПЕЧЕНЬЕ	50	7,00	9,00	37,25	253,30	
		36,01	24,83	67,98	635,50	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		72,47	64,55	204,71	1 673,73	

МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30		1,40	2,10	15,80	68,00
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200		6,20	10,00	26,80	209,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		3,20	1,80	13,60	77,00
			10,80	13,90	56,20	354,00
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,80	2,90	1,50	45,60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ.	200/10/5		5,50	8,20	7,40	115,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200		8,40	12,00	13,30	269,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,36	0,00	7,00	102,00
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25		1,88	0,75	12,90	66,00
			19,57	26,05	55,73	686,53
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50		0,60	0,10	1,90	12,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ	150		7,90	6,80	28,60	207,80
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7		0,12	0,00	8,52	36,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70		8,61	4,62	30,16	197,07
			17,23	11,52	69,18	452,87
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			48,20	51,97	196,61	1 563,90

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40		4,52	9,20	13,30	92,00
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		7,20	8,30	35,00	226,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		2,80	2,40	12,70	84,00
			14,52	19,90	61,00	402,40
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,96	0,24	17,80	78,00
			0,96	0,24	17,80	78,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50		0,40	0,00	1,30	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10		3,60	4,50	20,00	147,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80		8,50	16,10	7,90	161,30
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130		1,84	0,10	8,50	75,20
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180		0,12	0,12	22,70	105,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25		1,88	0,75	12,90	66,00
			17,97	21,77	83,93	613,53
Полдник						
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70		12,50	12,60	10,20	239,30
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150		2,90	2,50	19,60	134,25
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15		1,00	0,12	6,40	31,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180		5,54	2,03	3,51	153,90
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50		4,11	3,24	28,72	160,16
ЙОГУРТ В ИНД УПАКОВКЕ	125		3,50	3,13	5,60	70,60
			29,55	23,62	74,03	789,21
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			63,00	65,53	236,76	1 883,14

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50		1,50	2,70	3,00	40,50
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150		15,40	21,00	2,90	149,00
КАКАО С МОЛОКОМ	180		3,80	3,20	15,60	107,00
			23,94	31,00	28,50	358,50
II Завтрак						
ГРУША СВЕЖАЯ	150		0,60	0,50	15,50	70,50
			0,60	0,50	15,50	70,50
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50		0,43	0,05	3,94	41,30
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		5,50	4,50	4,00	165,00
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70		13,10	2,75	10,90	120,20
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150		2,40	5,60	15,60	121,80
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180		0,40	0,00	7,00	102,00
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25		1,88	0,75	12,90	66,00
			25,34	13,85	64,97	667,93
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40		4,90	4,50	0,30	63,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150		2,20	2,00	9,80	88,00
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15		0,09	0,04	8,20	34,10
ПЕЧЕНЬЕ	50		7,00	9,00	37,30	253,30
ЙОГУРТ В ИНД УПАКОВКЕ	125		3,50	3,13	5,60	70,60
			19,32	18,87	71,83	560,63
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			69,20	64,22	180,80	1 657,56

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00	
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00	
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00	
		12,59	16,70	50,60	349,00	
II Завтрак						
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	120	0,96	0,24	9,00	45,60	
		0,96	0,24	9,00	45,60	
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,38	0,00	1,30	7,00	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	6,00	4,40	16,00	159,90	
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,99	9,30	2,73	181,87	
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	150	2,40	6,90	13,40	125,10	
КИСЕЛЬ ИЗ ДЖЕМА	180	0,12	0,00	36,00	144,00	
ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,02	0,12	6,35	30,60	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	1,08	0,50	7,70	36,30	
		27,99	21,22	83,48	684,77	
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,70	9,00	16,10	221,00	
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,90	2,30	6,50	39,00	
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90	
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	60	4,65	8,39	35,91	237,40	
		29,25	23,69	68,31	596,30	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		70,79	61,85	211,39	1 675,67	

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т.



МЕНЮ

Сад 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,90	2,80	21,10	90,70	
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00	
		11,40	14,90	58,20	385,70	
II Завтрак						
ЯБЛОКО	100	0,39	0,39	9,51	45,59	
		0,39	0,39	9,51	45,59	
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	126,00	
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,70	0,50	0,00	165,00	
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80	
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	6,52	36,00	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63	
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	1,50	0,60	10,30	52,40	
		27,43	15,60	61,15	599,33	
Полдник						
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,40	14,40	12,84	191,20	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20	
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00	
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С ЯБЛОЧНЫМ ФАРШЕМ	75	4,24	4,02	33,23	186,46	
ЙОГУРТ В ИНД УПАКОВКЕ	125	3,50	3,13	5,60	70,60	
		23,26	21,79	79,77	567,46	
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:		62,48	52,68	208,63	1 598,08	

Утверждаю

Заведующий

Коваленко Ж.Т. **МЕНЮ****Сад 12 часов****ДЕНЬ 10**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30		3,24	4,10	7,00	62,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205		5,10	6,80	27,90	232,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6		0,00	0,00	8,40	34,00
			8,34	10,90	43,30	328,00
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ	180		0,96	0,24	17,80	78,00
			0,96	0,24	17,80	78,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50		0,80	2,90	1,50	45,60
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5		5,70	7,50	13,10	121,20
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70		10,40	4,00	9,30	135,30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150		4,00	3,40	19,40	121,80
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180		0,60	0,24	21,96	92,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25		1,63	0,20	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ МИКРОНУТРИЕНТАМИ	25		1,88	0,75	12,90	66,00
			25,01	18,99	88,79	634,33
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40		0,30	0,00	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150		17,50	16,50	16,90	216,30
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180		0,36	0,00	25,00	102,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30		1,95	0,24	12,75	61,95
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50		4,11	3,19	28,72	159,72
			24,22	19,93	84,37	545,57
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			58,53	50,06	234,26	1 585,90