

МБДОУ МО ПЛАВСКИЙ РАЙОН «ДЕТСКИЙ САД «РАДУГА»
МЕНЮ ПРИГОТОВЛЯЕМЫХ БЛЮД

Возрастная категория: 2-7 лет Длительность пребывания в детском саду: 10,5 часов

1 Неделя	1 день	понедельник	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность		№ рецептуры
							Белки		Жиры		Углеводы				
					2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	
			Завтрак 1	Каша гречневая молочная	150,0	200,0	4,2	5,0	5,0	5,7	22,0	30,0	192,0	202,16	165
				Чай с молоком	180,0	200,0	3,1	4,2	3,5	4,1	20,2	21,3	120,6	122,2	378
				Хлеб пшеничный с маслом	30/10	40/10	6,29	7,1	5,97	6,07	40,07	42,07	219,05	233,95	4
				Итого:	370	450	17,11	12,26	10,97	21,55	76,07	86,57	466,45	494,61	
			Завтрак 2	Фрукты	95,0	100,0	1,0	1,0	0	0	9,6	9,6	22,0	22,0	10.5
				Итого:	95,0	100,0	1,0	1,0	0	0	9,6	9,6	22,0	22,0	
			Обед	Салат капусты	40,0	50,0	0,61	0,70	1,91	2,44	4,23	5,91	40,06	43,96	45
Суп рыбный	180,0	200,0		7,89	10,17	1,7	2,6	12,4	16,65	100,6	168,78				
Макароны	120,0	140,0		5,7	6,9	4,7	5,6	26,35	27,90	171,4	305,6	203			
Гуляш из мяса в томатном соусе	70,0	80,0		18,27	19,9	16,37	17,6	13,82	14,5	275,68	295,6	246			
Компот из сухофруктов	180,0	200,0		0,78	1,1	0	0	20,22	22,4	80,58	82,9	349			
Хлеб пшеничный	30,0	40,0		2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12,4			
Хлеб ржаной	40,0	50,0		2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12,6			
Итого:	660,0	760,0		37,75	43,57	25,78	29,54	106,72	120,16	807,52	945,04				
Полдник	Вафли	40	50	18,1	19,9	12,1	14	15,8	16,2	251,1	261,8	91			
	Чай с сахаром	180,0	200,0	0,1	0,2	0	0	12,9	13,3	51,6	55,7	57			
	Итого:	220	250	1,8	2,1	3,1	14	28,7	29,50	193,70	206,50				
Итого за день			1345	1550	57,66	65,29	48,05	65,09	232,29	256,27	1489,67 (102%)	1768,15 (98%)			

Длительность пребывания в детском саду: 10,5 часов

1 Неделя	2 день вторник	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность		№ рецептуры
						Белки		Жиры		Углеводы				
				2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	
		Завтрак 1	Каша вязкая геркулесовая	150,0	200,0	5,6	6,4	5,6	6,7	20,0	22,3	188,7	202,3	173
			Чай с лимоном	180,0	200,0	0,14	0,16	0	0	14,0	14,0	55,40	56,8	377
			Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/5/10	40/10/6	8,19	9,1	7,97	8,27	40,17	42,37	245,45	261,95	4
			Итого:	374	456	17,69	19,80	18,07	20,17	81,77	87,67	572,15	609,35	
		Завтрак 2	Сок	100,0	100,0	0,70	0,70	0,3	0,3	15,5	15,5	72,0	72,0	389
			Итого:	100,0	100,0	0,70	0,70	0,3	0,3	15,5	15,5	72,0	72,0	
		Обед	Салат соленого огурца	40,0	50,0	0,37	0,57	1,94	3,96	4,8	6,3	46,2	68,0	70
Суп гороховый на курице с гренками	180,0		200,0	5,9	16,7	2,2	2,6	21,7	22,4	131,4	142,1	102		
Гречка	120,0		150,0	4,4	5,2	5,0	5,3	27,7	30,1	153,0	169,9	303		
Гуляш из говяжьей печени	60,0		80,0	18,7	21,0	12,0	14,0	4,9	5,2	201,7	229,5	82		
Подлива	10,0		10,0	0,15	0,15	0,35	0,35	1,2	1,2	7,1	7,1	333		
Компот из свежих фруктов	180,0		200,0	0,17	0,20	0	0	21,1	23,2	82,3	91,6	372		
Хлеб пшеничный	30,0		40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12.4		
Хлеб ржаной	40,0		50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12.6		
Итого:	660		770	30,19	34,22	22,59	27,51	111,1	121,20	760,9	865,5			
	Кисломолочный продукт	150	180,0	4,35	5,22	4,8	5,76	6	7,2	88,5	106,2	389		
	Кондитерское изделие	30	30	2,2	2,2	2,6	2,6	22,32	22,32	125,1	125,1	129		
	Итого:	180	210	6,55	7,42	30,8	8,36	28,32	29,52	213,60	231,3			
Итого за			1414	1656	56,77	64,04	49,21	57,30	239,88	260,98	1426,65	1778,15		

	день										(98,05%)	(98,8%)	
--	------	--	--	--	--	--	--	--	--	--	----------	---------	--

Возрастная категория: 2-7 лет
Длительность пребывания в детском саду: 10,5 часов
Возрастная категория: 2-7 лет

п.п.	Прием	Наименование	Выход блюда	Пищевые вещества на порцию	Энергетическая	№
------	-------	--------------	-------------	----------------------------	----------------	---

					Белки		Жиры		Углеводы					
			2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7		
1 Неделя	4 день	Завтрак 1	Вермишель молочная	150,0	200,0	6,7	7,2	10,2	12,0	61,8	62,9	212,7	242,9	93
		Прием пищи	Кофейный напиток	180,0	200,0	3,9	4,3	4,5	5,2	21,6	23,0	138,0	145,1	379, № рецептуры 4
			Наименование блюда	Выход блюда		Белки		Жиры		Углеводы		Энергетическая ценность		
			Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/10/4	40/10/6	8,19	7,97	40,17	245,45	261,95				
			2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7		
		Завтрак 1	Итого:	374,50,0	458,00,0	18,79,68	20,6,68	22,67,7	25,47,7	123,37,2	128,32,1	596,25,0	649,38,0	349
	Завтрак 2	Фрукты	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0	10.5	
		Итого:	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0		
	Обед	Салат из свеклы	40,0	50,0	0,67	0,84	2,98	3,96	4,2	5,0	47,6	59,4	53	
		Борщ на курином бульоне со сметаной	180,0	200,0	2,0	3,0	4,1	4,6	8,3	11,8	122,0	127,0	82	
		Плов с отварным мясом	150,0	220,0	17,6	21,0	16,7	19,1	19,5	22,7	270,6	401,0	59	
		Компот из сухофруктов	180,0	200,0	0,78	1,1	0	0	20,22	22,4	80,58	82,9	349	
		Хлеб пшеничный	30,0	40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12,4	
		Хлеб ржаной	40,0	50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12,6	
		Итого:	640	760	24,94	29,34	24,88	28,96	92,8	102,5	659,9	836,3		
		Полдник	Булочка	50,0	60,0	10,0	13,6	14,0	46,0	56,0	20,1	120,0	220,0	421
	Чай		180,0	200,0	0,14	0,16	0	0	14,0	14,3	55,4	56,8		
	Итого:		350	410	10,74	12,86	7,6	9,6	45,4	50,5	162,6	276,8		
	Итого за день		1489	1726,0	36,38	63,60	55,15	64,03	271,1	290,8	1455,6 (100%)	1822,5 (100,3%)		

Длительность пребывания в детском саду: 10,5 часов
Возрастная категория: 2-7 лет

		пшеничная													
		Чай с молоком		180,0	200,0	3,1	4,2	3,5	4,1	20,2	21,3	120,6	122,2	378	
		Хлеб пшеничный с маслом		30/10/4	40/10/6	8,19	9,1	7,97	8,27	40,17	42,37	245,45	261,95	14	
		Итого:		374,0	456,0	16,97	20,98	19,17	22,07	81,57	95,77	587,05	624,1		
1 Неделя	5 лет	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества на порцию				Энергетическая ценность				№ рецептуры		
		Завтрак 2	Фрукты	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0		40,0	
			2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7			
		Завтрак 1	Каша «Артек»	196,0	200,0	6,02	6,82	8,6	10,18	24,7	26,64	207,0		220,16	
			Итого:	374,0	456,0	16,97	20,98	19,17	22,07	81,57	95,77	587,05		624,1	
		Обед	Салат овощной		40,0	50,0	0,8	1,0	3,0	3,96	2,1	3,0	48,1	52,2	71
			Суп гречневый на курице		180,0	200,0	5,9	6,7	0,5	0,6	17,7	18,9	102,7	119,7	101
			Ленивые вареники		100,0	120,0	5,7	6,9	4,7	5,6	26,35	27,90	150,0	160,0	393
			Сметана		30,0	40,0	20,0	21,0	13,0	14,0	4,2	5,2	219,5	229,5	
			Компот из сухофруктов		180,0	200,0	0,78	1,1	0	0	20,22	22,4	49,58	82,9	349
			Хлеб пшеничный		30,0	40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12,4
			Хлеб ржаной		40,0	50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12,6
			Итого:		660,0	770,0	37,68	41,5	22,3	25,46	100,2	110,3	740,0	801,6	
		Полдник	Кондитерское изделие		30,0	30,0	1,8	1,9	5,5	6,0	4,6	6,0	155,4	156,8	
			Кисель		180,0	200,0	0,14	0,17	0	0	18,6	21,1	38,0	142,2	350
			Итого:		230,0	260,0	15,0	16,0	19,2	20,2	44,90	54,90	236,9	267,3	
		Итого за день			1359	1586,0	70,3	79,2	60,67	67,73	236,0	270,5	1590 (100,6%)	1746,0 (98,0%)	

Длительность пребывания в детском саду: 10,5 часов

Возрастная категория: 2-7 лет

2 Неделя пн, пн, пн, пн, пн, пн, пн		молочная											
		Какао на молоке	180,0	200,0	3,9	4,3	4,5	5,2	21,6	23,0	138,0	145,1	959
		Хлеб пшеничный с маслом	30/5	40/5	6,29	7,1	5,97	6,07	40,07	42,07	219,05	233,95	3
		сыр	10,0		1,0	1,5	5,9	7,1	18,7	20,4	116,9	136,0	15
	Прием пищи	Наименование	Выход	блюда	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность		№ рецептуры
		Итого:	375	455	18,49	21,3	25,87	29,0	83,1	88,4	603,5	628,05	
	Завтрак 2	Фрукты	95,0	100,0	0,7	0,8	2,3	3,0	2,4	9,6	37,0	40,0	10.5
		Завтрак 1	Вермишель	150,0	200,0	5,6	6,4	5,6	6,7	20,0	22,3	188,7	202,3
	Итого:		95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0	
	Обед	Салат из зеленого	10,0	50,0	0,61	0,70	1,01	3,44	4,23	5,05	40,05	43,05	99
		Какао	180,0	200,0	3,9	4,3	4,5	5,2	21,6	23,0	138,0	145,1	959
		Хлеб пшеничный с маслом и сыром	30/10/4	40/10/6	8,19	9,1	7,97	8,27	40,17	42,37	245,45	261,95	4
		Курицей	180,0	200,0	1,90	2,65	1,99	2,66	34,6	38,0	190,1	208,0	113
Полдник		Картофельное пюре	150,0	180,0	10,9	14,5	15,2	16,1	22,3	29,0	277,0	287,0	312
		Котлета рыбная	60,0	80,0	15,0	16,0	4,2	5,20	17,0	18,0	118,1	128,1	234
		Компот из сухофруктов	180,0	200,0	0,78	1,1	0,	0	20,22	22,4	80,58	82,9	349
		Хлеб пшеничный	30,0	40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12.4
		Хлеб ржаной	40,0	50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12.6
		Итого:	410	750	14,36	17,0	19,75	23,05	77,24	91,11	395,3	687,16	
	Итого за день	Кондитерское изделие	30,0	30,0	1,8	1,9	5,5	6,0	4,6	6,0	155,4	156,8	
		Чай с лимоном	180,0	200,0	0,14	0,16	0	0	14,0	14,3	55,4	56,8	
		Итого:	250,0	280,0	20,16	21,18	14,6	24,6	63,90	74,2	256,4	181,9	377
			1305	1570	58,21	65,0	61,27	77,95	266,3	296,1	1455,2 (100,%)	1800,2 (100%)	

	Завтрак 2	Итого:	374,0	456,0	18,59	20,7	18,17	20,27	84,67	93,17	590,2	632,75	
		Фрукты	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0	10.5
		Итого:	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0	
2 Неделя вторник	Прием пищи Обед	Наименование блюда	Выход блюда	Блюда	0,8	Пищевые вещества на порцию				3,0	Энергетическая ценность		45 рецептуры
						Белки	Жиры	Углеводы					
		Суп рыбный	180,0 2-3	200,0 3-7	7,89 2-3	10,17 3-7	1,7 2-3	2,6 3-7	12,4 2-3	16,65 3-7	100,6 2-3	120,78 3-7	71
	Завтрак 1	Каша рисовая	150,0	200,0	5,1	6,0	9,26	3,8	10,0	27,0	209,3	238,3	85
		Гис молочная	120,0	150,0	2,92	3,22	9,26	3,8	10,0	21,1	161,3	170,0	302
		Гуляш из куриного мяса	180,0	200,0	3,9	4,3	4,2	5,2	21,6	23,0	138,0	145,1	248
		Кофейный напиток	60,0	80,0	15,0	16,0	4,5	5,2	17,0	18,0	118,0	128,0	
		Хлеб пшеничный с Подлива	30/10 10,0	40/10 10,0	6,29 0,15	7,1 0,15	5,97 0,35	6,07 0,35	40,0 1,2	42,0 1,2	219,05 7,1	233,95 7,1	333
	Полдник	Компот из сухофруктов	180,0	200,0	0,78	1,1	0	0	20,22	22,4	80,58	82,9	349
		Хлеб пшеничный	30,0	40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12.4
		Хлеб ржаной	40,0	50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12.6
		Итого:	660	770	26,65	29,27	16,35	19,71	107,32	123,9	664	717	
		Вафли	50,0/10,0	60,0/10,0	18,1	19,1	12,1	13,1	14,9	15,9	251,2	261,2	96
		Чай с сахаром	180,0	200,0	0,1	0,2	0	0	12,9	13,3	51,6	55,7	57
		Итого:	240,0	270,0	21,2	23,3	15,6	14,2	35,1	37,2	371,8	383,4	
	Итого за день		1369,0	1596,0	67,14	74,07	50,1	54,18	236,4	263,8	1553,3 (100,3%)	1773,1 (99,9%)	

Длительность пребывания в детском саду: 10,5 часов

Возрастная категория: 2-7 лет

		маслом											
		Итого:	370	450	16,29	18,4	17,47	19,17	83,77	95,37	575,4	609,0	
	<i>Завтрак 2</i>	Сок	100,0	100,0	0,70	0,70	0,3	0,3	15,5	15,5	72,0	72,0	389
2 неделя	Злени	Итого:	100,0	100,0	0,70	0,70	0,3	0,3	15,5	15,5	72,0	72,0	
		Наименование	Выход	б/ж/д/л	Белки	Жиры	Углеводы	Энергетическая ценность	№ рецептуры				
		Салат бифидорков	40,0	50,0	0,37	0,57	1,94	3,96	4,8	6,3	46,2	68,0	18
		Суп с бобовыми	180,0	200,0	8,5	10,0	4,5	7,0	18,5	20,3	175,6	182,0	102
	Обед	изделиями на курице	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	
	<i>Завтрак 1</i>	Каша пшеничная	150,0	200,0	5,68	7,68	7,7	9,7	21,2	32,67	221,12	246,3	349
		Макароны	120,0	140,0	5,7	6,9	4,7	5,6	26,35	27,90	171,4	186,5	203
		Оладьи из печени говяжьей	60,0	70,0	19,0	21,0	12,0	14,0	3,2	5,2	219,5	229,5	284
		Соус томатный	10,0	10,0	0,15	0,15	0,35	0,35	0	0	7,1	7,1	333
		Компот из свежих фруктов	180,0	200,0	0,17	0,20	0	0	21,1	23,2	82,3	91,6	372
		Хлеб пшеничный	30,0	40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12.4
		Хлеб ржаной	40,0	50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12.6
		Итого:	620	710	38,02	43,05	22,65	28,25	99,25	108,8	773,7	827,5	
	<i>Полдник</i>	Кондитерское изделие	30,0	30,0	1,8	1,9	5,5	6,0	4,6	6,0	155,4	156,8	96
		Кисель	180,0	200,0	0,14	0,17	0	0	18,6	21,1	38,0	142,2	350
		Итого:	230,0	260,0	9,14	10,16	13,0	14,0	60,0	70,3	178,0	282,2	
	Итого за день		1320	1520	64,15	72,31	53,42	61,72	258,52	289,97	1596,5 (100,4%)	1800,7 (100%)	

Длительность пребывания в детском саду: 10,5 часов
Возрастная категория: 2-7 лет

			молочная											
			Какао на молоке	180,0	200,0	4,8	5,2	4,6	5,3	24,5	28,5	156,1	168,5	959
			Хлеб пшеничный с маслом	30/10	40/10	6,29	7,1	5,97	6,07	40,07	42,07	219,05	233,95	3
			Итого:	370	450	16,91	18,53	18,57	20,27	89,29	96,24	556,27	608,75	

2 Неделя 4 день	Завтрак 2	Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества на порцию						Энергетическая ценность		40,0 № рецептуры	10,5	
			Фрукты	95,0	0,7	0,8	0,4	0,6	0,4	0,6	37,0	37,0			
			Итого:	95,0	0,7	0,8	0,4	0,6	0,4	0,6	37,0	37,0	40,0		
	Завтрак 1 Обед		Каша манная	150,0	200,0	5,82	6,23	8,0	8,9	24,72	25,67	181,12	206,3	88	
			Суп мясной на масле	180,0	200,0	4,8	5,2	4,6	5,3	24,5	28,5	156,1	168,5	219,959	
			Хлеб пшеничный	30/10/4	40/10/6	8,19	9,1	7,97	8,27	40,17	42,37	245,45	261,95	4/13	
			Сыр сливочный и сыром	100,0	120,0	16,0	17,0	17,0	19,0	14,0	16,0	209	229,0	219	
			Итого:	374,0	456	18,81	20,53	20,57	22,47	89,39	96,54	582,67	636,75		

			Сметана с сахаром	30,0	40,0	15,0	16,0	4,2	5,2	17,0	18,0	118,0	228,0	330
			Компот из сухофруктов	180,0	200,0	0,78	1,1	0	0	20,22	22,4	80,58	82,9	349
			Хлеб пшеничный	30,0	40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12.4
			Хлеб ржаной	40,0	50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12.6
			Итого:	560,00	630	33,31	33,38	11,0	13,23	107,93	122,24	621,45	921,8	
	Полдник		Кондитерское изделие	40	50	18,6	20,4	11,9	12,2	14,1	16,2	204,6	237,0	96
			Чай с молоком	180,0	200,0	3,1	4,2	3,5	4,1	20,2	21,3	120,6	122,2	378
			Итого:	220,0	250,0	21,7	24,6	15,4	16,3	34,3	37,50	325,20	359,70	
	Итого за день			1302,0	1505,0	72,62	77,31	44,97	49,80	240,92	265,58	1539,92 (100,4%)	1860,37 (100,5%)	

	Завтрак 2	Фрукты	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0	10.5	Длительность пребывания в детском саду: 10,5 часов
		Итого:	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0		
		Салат из соленого огурца	20,0	25,0	0,23	0,28	0,002	0,03	1,01	1,19	3,97	4,9	71	
2	Обед	Наименование	Выход блюда						Пищевые вещества на порцию			Энергетическая		№
		Гречка	120,0	140,0	4,4	5,2	5,0	5,3	27,7	30,1	153,0	169,9	302	
		Котлета мясная	60,0	70,0	19,0	21,0	12,0	14,0	3,2	5,2	219,5	229,5	268	
		Компот из сухофруктов	180,0	200,0	0,78	1,1	0	0	20,22	22,4	80,58	82,9	349	
		Хлеб пшеничный	30,0	40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12,4	
		Хлеб ржаной	40,0	50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12.6	
		Итого:	630	710	25,78	37,64	31,56	12,82	89,72	97,62	544,98	704,8		
	Полдник													
		Булочка домашняя	60,0	70,0	5,4	6,4	7,5	8,5	1,68	2,68	103,0	113,0	469	
		Чай	180,0	200,0	0,14	0,17	0	0	18,6	21,1	38,0	42,2	57	
		Итого:	220,0	250,0	1,14	1,67	6,0	17,0	36,6	41,5	299,0	340,0		
	Итого за день		1319,0	1516,0	46,43	60,64	58,13	52,29	225,11	245,2	1463,6 (100%)	1721,5 (99,7%)		

м саду: 10,5 часов

	пищи	блюда			Белки		Жиры		Углеводы		ценность		рецептуры
			2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	2-3	3-7	
	<i>Завтрак 1</i>	Омлет	60,0	70,0	5,4	6,4	7,5	8,5	1,68	2,68	103,0	113,0	210
		Икра кабачковая	40,0	50,0	1,2	1,8	8,4	10,0	8,4	10	112,2	120,0	13
		Чай с молоком	180,0	200,0	3,9	4,3	4,5	5,2	21,6	23,0	138,0	145,1	378
		Хлеб пшеничный с маслом	30/10	40/10	6,29	7,1	5,97	6,07	40,07	42,07	219,05	233,95	4
		Итого:	300	350	18,49	21,3	25,87	29,0	82,1	88,4	603,3	612,05	
	<i>Завтрак 2</i>	Фрукты	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0	10.5
		Итого:	95,0	100,0	0,7	0,8	0	0	9,4	9,6	37,0	40,0	
	<i>Обед</i>	Салат из овощей	40,0	50,0	0,61	0,70	1,91	2,44	4,23	5,91	40,06	43,96	71
		Суп лапша с курицей	180,0	200,0	1,90	2,65	1,99	2,66	34,6	38,0	190,1	208,0	113
		Картофельное пюре	120,0	140,0	3,9	4,5	5,2	6,1	22,3	29,0	177,0	187,0	312
		Рыба тушеная	60,0	80,0	15,0	16,0	4,2	5,2	17,0	18,0	118,0	228,0	227
		Компот из свежих фруктов	180,0	200,0	0,17	0,20	0	0	21,1	23,2	82,3	91,6	372
		Хлеб пшеничный	30,0	40,0	2,5	2,6	0,9	1,0	14,8	16,8	68,0	82,9	12.4
		Хлеб ржаной	40,0	50,0	2,0	2,2	0,2	0,3	14,9	16,0	71,2	74,4	12.6
		Итого:	410	750	14,36	17,0	19,75	23,05	77,24	91,11	395,3	945,26	
	<i>Полдник</i>	Чай	150	180,0	4,35	5,22	4,8	5,76	6	7,2	88,5	106,2	57
		Кондитерское изделие	30,0	30,0	1,8	1,9	5,5	6,0	4,6	6,0	155,4	156,8	96
		Итого:	250,0	280,0	20,16	21,18	14,6	24,6	63,90	74,2	256,4	163,0	
	Итого за день		1305	1570	58,21	65,0	61,27	77,95	266,3	296,1	1531,2 (100,%)	1860,2 (100,6%)	

Возрастная категория: 2-7 лет

--