

Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: 1-3 года

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Неделя 1 День 1							
завтрак:							
	<b>КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b>	170	19.097	6.158	29.505	197.578	227
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ БАТОН</b>	30	0.052	0.018	8.486	99.429	107
	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b>	150	2.138	1.808	10.77	17.625	395
Итого за завтрак:		350	21.287	7.984	48.761	314.632	
завтрак № 2:							
	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ</b>	100	0.5	0.1	10.1	46	501
Итого за завтрак № 2:		100	0.5	0.1	10.1	46	
о б е д:							
	<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ</b>	20					
	<b>РАССОЛЬНИК « ЛЕНИНГРАДСКИЙ»</b>	150	1.814	2.155	8.632	62.728	80
	<b>ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ</b>	50	11.015	8.865	2.829	135	277
	<b>ГРЕЧКА РАССЫПЧАТАЯ ОТВАРНАЯ</b>	60	4.024	3.403	19.377	127.299	65
	<b>КОМПОТ ИЗ ШИПОВНИКА</b>	150	0.358		10.739	24.035	735
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
Итого за о б е д:		450	21.745	15.29	68.111	375.862	
полдник:							
	<b>варенец</b>	180	5.22	4.5	7.38	95.4	8
	<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>	20	2	1.72	2.6	138.4	10
Итого за полдник:		200	7.22	6.22	9.98	233.8	
у ж и н:							
	<b>МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ</b>	200	4.75	6.125	26.5	180.75	54-2г-2020

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	200	0.112		5.334	21.778	457
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	30	7.6	0.8	49.2	47	1
Итого за у ж и н:		450	16.996	7.792	107.568	276.328	
Итого за день:		1550	67.748	37.386	244.52	1246.622	
Неделя 1							
День 2							
завтрак:							
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ БАТОН</b>	30	0.052	0.018	8.486	99.429	107
	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С ПОВИДЛОМ</b>	140	36.05	25.667	42	361.667	279
	<b>КАКАО НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>	180	3.67	3.19	15.82	107	397
Итого за завтрак:		350	39.772	28.875	66.306	568.096	
завтрак № 2:							
	<b>ЯБЛОКИ</b>	95	0.254	0.254	6.207	29.767	2
Итого за завтрак № 2:		95	0.254	0.254	6.207	29.767	
о б е д:							
	<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОР</b>	20	0.15	1.217	0.474	13.46	13
	<b>ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЯ</b>	150	1.071	3.069	3.935	82.16	104
	<b>РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ С ОВОЩАМИ МИНТАЙ</b>	50	3.482	1.75	1	33.637	267
	<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b>	60	1.04	1.88	8.56	53.2	206
	<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</b>	150	0.325	0.009	20.825	84.75	376
	<b>ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ</b>	20	2.64	0.48	15.84	3.168	2
Итого за о б е д:		450	8.708	8.405	50.634	270.375	
полдник:							
	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>	180	5.48	4.88	9.07	102	400
	<b>ВАФЛИ</b>	20	5	20.91	58.182	108.182	350
Итого за полдник:		200	10.48	25.79	67.252	210.182	
у ж и н:							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b>	200	6.667	7.623	31.712	222	233
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ</b>	30	0.052	0.018	8.486	34.286	107
	<b>Компот из плодов шиповника</b>	200	0.478		14.319	29.319	735
	<b>ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ</b>	20	2.64	0.48	15.84	3.168	2
Итого за у ж и н:		450	9.837	8.121	70.357	288.773	
Итого за день:		1545	69.051	71.445	260.756	1367.193	
Неделя 1 День 3							
завтрак:							
	<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b>	120	9.75	10.8	3.99	169.5	311
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ , СЫРОМ БАТОН</b>	50	0.086	0.029	14.143	285.715	107
	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>	180	2.332	1.972	11.75	74.455	395
Итого за завтрак:		350	12.168	12.801	29.883	529.67	
завтрак № 2:							
	<b>апельсин</b>	95	0.38	0.38	9.31	44.65	2
Итого за завтрак № 2:		95	0.38	0.38	9.31	44.65	
о б е д:							
	<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ</b>	20	1.887	1.184	4.497	48.334	15
	<b>СВЕКОЛЬНИК</b>	150	6.389	7.712	45.369	332.728	83
	<b>КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ МЯСНЫЕ</b>	50	8.886	6.6	8.972	130.715	282
	<b>МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ</b>	60	0.48	1.656	1.776	94.8	352
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ С ОВОЩАМИ</b>	20	0.112	0.396	0.468	5.928	372
	<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ</b>	140	0.405		10.485	41.783	122
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
Итого за о б е д:		460	22.693	18.415	98.101	681.088	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
полдник:							
	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ</b>	140	0.7	0.14	14.14	64.4	501
	<b>БУЛОЧКА ДОРОЖНАЯ</b>	60	5.373	9.231	39.813	264	275
Итого за полдник:		200	6.073	9.371	53.953	328.4	
у ж и н:							
	<b>ОВОЩИ ТУШЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ</b>	200	6.182	9.455	23.455	116.364	200
	<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>	200	2.428	2.128	13.01	80.91	394
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	30	7.6	0.8	49.2	47	1
Итого за у ж и н:		450	20.744	13.25	112.199	271.074	
Итого за день:		1555	62.058	54.217	303.446	1854.882	
Неделя 1 День 4							
завтрак:							
	<b>КАША ИЗ ОВСЯНЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"</b>	170	6.102	7.669	24.216	190.4	232
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ БАТОН</b>	30	0.052	0.018	8.486	99.429	107
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	150	0.084		4	16.334	457
Итого за завтрак:		350	6.238	7.687	36.702	306.163	
завтрак № 2:							
	<b>ЯБЛОКИ</b>	95	0.254	0.254	6.207	29.767	2
Итого за завтрак № 2:		95	0.254	0.254	6.207	29.767	
о б е д:							
	<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ</b>	20	3.77	20.62	15.734	263.667	14
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ</b>	150	1.425	2.291	8.271	59.489	85
	<b>Капуста тушеная с курицей</b>	110	1.284	2.323	5.195	233.445	336
	<b>КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ</b>	150	0.325	0.009	20.825	84.75	376
	<b>ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ</b>	20	2.64	0.48	15.84	3.168	2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Итого за о б е д:		450	9.444	25.723	65.865	644.519	
полдник:							
	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>	180	5.48	4.88	9.07	102	400
	<b>ПРЯНИКИ</b>	20	2.36	1.88	30	73.2	10
Итого за полдник:		200	7.84	6.76	39.07	175.2	
у ж и н:							
	<b>СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ С ДЖЕМОМ</b>	200	54	36	32.2	680	286
	<b>КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА</b>	200	0.134		43.012	172.578	395
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	30	7.6	0.8	49.2	47	1
	<b>ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ</b>	20	2.64	0.48	15.84	3.168	2
Итого за у ж и н:		450	64.374	37.28	140.252	902.746	
Итого за день:		1545	88.15	77.704	288.096	2058.395	
Неделя 1 День 5							
завтрак:							
	<b>СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b>	150	4.767	4.217	15.7	119.834	140
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ , СЫРОМ БАТОН</b>	50	0.086	0.029	14.143	285.715	107
	<b>КАКАО НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>	180	3.67	3.19	15.82	107	397
Итого за завтрак:		380	8.523	7.436	45.663	512.549	
завтрак № 2:							
	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ</b>	100	0.5	0.1	10.1	46	501
Итого за завтрак № 2:		100	0.5	0.1	10.1	46	
о б е д:							
	<b>САЛАТ РЕПЧАТОГО ЛУКА И СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ</b>	20	0.107	0.054	12.232	49.778	399
	<b>БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ</b>	150	1.429	3.869	10.058	80.922	57

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ</b>	110	12.712	3.239	11.306	125.278	276
	<b>КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖ. МОР. СМОРОДИНЫ</b>	150	0.167	0.084	7.667	31.584	378
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
Итого за обед:		450	18.949	8.113	67.797	314.362	
полдник:							
	<b>СНЕЖОК</b>	140	3.28	1.2	4.72	45.6	
	<b>БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ</b>	60	4.956	9.6	40.944	414	274
Итого за полдник:		200	8.236	10.8	45.664	459.6	
ужин:							
	<b>ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ</b>	150	15.129	9.686	21.708	234.643	298
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ С ОВОЩАМИ</b>	50	0.28	0.99	1.17	14.82	372
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	200	0.112		5.334	21.778	457
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	30	7.6	0.8	49.2	47	1
Итого за ужин:		450	27.655	12.343	103.946	345.041	
Итого за день:		1580	63.863	38.792	273.17	1677.552	
Неделя 2 День 1							
завтрак:							
	<b>КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"</b>	170	6.102	7.669	24.216	190.4	232
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ БАТОН</b>	30	0.052	0.018	8.486	99.429	107
	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК</b>	150	2.138	1.808	10.77	17.625	395
Итого за завтрак:		350	8.292	9.495	43.472	307.454	
завтрак № 2:							
	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ</b>	100	0.5	0.1	10.1	46	501
Итого за завтрак № 2:		100	0.5	0.1	10.1	46	
обед:							
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ПШЕНОМ</b>	150	2.092	2.325	14.167	86.042	80
	<b>ТЕФТЕЛИ ИЗ ГОВЯДИНЫ С РИСОМ</b>	60	5.993	8.123	6.413	122.775	267

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ</b>	50	0.938	2.105	5.463	44.584	31
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ И ОВОЩАМИ</b>	20	0.14	0.396	0.56	6.408	355
	<b>КИСЕЛЬ ИЗ СВЕЖ МОРОЖ ВИШНИ</b>	150	1.75	2.584	3.5	44.667	378
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
Итого за о б е д:		450	15.447	16.4	56.637	331.276	
полдник:							
	<b>СНЕЖОК</b>	180	4.218	1.543	6.069	58.629	
	<b>ПЕЧЕНЬЕ</b>	20	2	1.72	2.6	138.4	10
Итого за полдник:		200	6.218	3.263	8.669	197.029	
у ж и н:							
	<b>Картофель, запеченный в сметане</b>	200	2.913	3.975	10.638	131.238	51
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	190	0.106		5.067	20.689	457
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	40	10.134	1.067	65.6	62.667	1
Итого за у ж и н:		450	17.687	5.909	107.839	241.394	
Итого за день:		1550	48.144	35.167	226.717	1123.153	
Неделя 2 День 2							
завтрак:							
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ БАТОН</b>	30	0.052	0.018	8.486	99.429	107
	<b>ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ</b>	140	36.085	26.705	42	361.667	223
	<b>КАКАО НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>	180	3.67	3.19	15.82	107	397
Итого за завтрак:		350	39.807	29.913	66.306	568.096	
завтрак № 2:							
	<b>ЯБЛОКИ</b>	95	0.254	0.254	6.207	29.767	2
Итого за завтрак № 2:		95	0.254	0.254	6.207	29.767	
о б е д:							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ</b>	20	3.77	20.62	15.734	263.667	14
	<b>СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С МЯСОМ</b>	150	11.046	9	7.521	155.455	290
	<b>КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ИЗ МИНТАЯ</b>	50	4.667	0.945	2.834	38.112	161
	<b>РИС ОТВАРНОЙ</b>	60	9.252	7.446	2.376	113.4	315
	<b>СОУС СМЕТАННЫЙ С ОВОЩАМИ</b>	20	0.112	0.396	0.468	5.928	372
	<b>Компот из плодов шиповника</b>	140	0.335		10.023	20.523	735
	<b>ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ</b>	20	2.64	0.48	15.84	3.168	2
Итого за обед:		460	31.822	38.887	54.796	600.253	
полдник:							
	<b>МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ</b>	180	5.48	4.88	9.07	102	400
	<b>ВАФЛИ</b>	20	5	20.91	58.182	108.182	350
Итого за полдник:		200	10.48	25.79	67.252	210.182	
ужин:							
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ</b>	40	0.069	0.023	11.315	45.715	107
	<b>КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b>	200	5.956	7.2	33.8	223.778	231
	<b>ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ</b>	20	2.64	0.48	15.84	3.168	2
	<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>	190	0.148	0.148	22.684	92.72	372
Итого за ужин:		450	8.813	7.851	83.639	365.381	
Итого за день:		1555	91.176	102.695	278.2	1773.679	
Неделя 2 День 3							
завтрак:							
	<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b>	120	9.75	10.8	3.99	169.5	311
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ , СЫРОМ БАТОН</b>	50	0.086	0.029	14.143	285.715	107
	<b>КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>	180	2.332	1.972	11.75	74.455	395



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
Итого за завтрак:		350	12.168	12.801	29.883	529.67	
завтрак № 2:							
	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ</b>	100	0.5	0.1	10.1	46	501
Итого за завтрак № 2:		100	0.5	0.1	10.1	46	
о б е д:							
	<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ</b>	20	1.887	1.184	4.497	48.334	15
	<b>БОРЩ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ</b>	150	1.235	3.341	8.687	69.887	57
	<b>ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ</b>	110	7.297	5.28	12.76	127.723	302
	<b>КОМПОТ ИЗ КУРАГИ</b>	150	0.434		11.234	44.767	122
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
Итого за о б е д:		450	15.387	10.672	63.712	317.511	
полдник:							
	<b>КАЛАЧИК ПЕЧЕНый</b>	60	5.82	10.01	43.13	286	469
	<b>КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ</b>	140	0.109	0.109	16.715	68.32	372
Итого за полдник:		200	5.929	10.119	59.845	354.32	
у ж и н:							
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ</b>	40	0.069	0.023	11.315	45.715	107
	<b>Каша молочная жидкая гречневая</b>	200	12.667	9	57.223	361.112	1
	<b>ЧАЙ С МОЛОКОМ</b>	190	2.306	2.021	12.359	76.864	394
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
Итого за у ж и н:		450	19.576	11.911	107.431	510.491	
Итого за день:		1550	53.56	45.603	270.971	1757.992	
Неделя 2 День 4							
завтрак:							
	<b>КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ</b>	170	5.233	6.498	30.808	202.678	234
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ БАТОН</b>	30	0.052	0.018	8.486	99.429	107

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	150	0.084		4	16.334	457
Итого за завтрак:		350	5.369	6.516	43.294	318.441	
завтрак № 2:							
	<b>ЯБЛОКИ</b>	95	0.254	0.254	6.207	29.767	2
Итого за завтрак № 2:		95	0.254	0.254	6.207	29.767	
о б е д:							
	<b>САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ТУШЕНОЙ С КУРАГОЙ</b>	20	0.36	1.016	3.336	14.681	210
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ</b>	150	2.018	2.16	12.54	77.738	173
	<b>МЯСО ТУШЕНОЕ С ОВОЩАМИ В СОУСЕ</b>	110	13.268	10.114	9.179	180.889	274
	<b>КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА</b>	150	0.325	0.009	20.825	84.75	376
	<b>ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ</b>	20	2.64	0.48	15.84	3.168	2
Итого за о б е д:		450	18.611	13.779	61.72	361.226	
полдник:							
	<b>варенец</b>	180	5.22	4.5	7.38	95.4	8
	<b>ПРЯНИКИ</b>	20	2.36	1.88	30	73.2	10
Итого за полдник:		200	7.58	6.38	37.38	168.6	
у ж и н:							
	<b>ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ</b>	170	24.195	18.088	24.984	354.96	116
	<b>Компот из плодов шиповника</b>	180	0.43		12.887	26.387	735
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	40	10.134	1.067	65.6	62.667	1
	<b>ХЛЕБ УКРАИНСКИЙ</b>	20	2.64	0.48	15.84	3.168	2
Итого за у ж и н:		410	37.399	19.635	119.311	447.182	
Итого за день:		1505	69.213	46.564	267.912	1325.216	
Неделя 2 День 5							
завтрак:							
	<b>КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ</b>	150	5.384	6.767	21.367	168	94
	<b>БУТЕРБРОДЫ С МАСЛОМ , СЫРОМ БАТОН</b>	50	0.086	0.029	14.143	285.715	107

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
	<b>КАКАО НАПИТОК С МОЛОКОМ</b>	180	3.67	3.19	15.82	107	397
Итого за завтрак:		380	9.14	9.986	51.33	560.715	
завтрак № 2:							
	<b>апельсин</b>	95	0.38	0.38	9.31	44.65	2
Итого за завтрак № 2:		95	0.38	0.38	9.31	44.65	
о б е д:							
	<b>САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ</b>	20					
	<b>СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ</b>	150	1.909	3.717	8.267	96.259	87
	<b>Азу мясное</b>	50	6.605	8.22	3.31	135.313	375
	<b>КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ</b>	80	1.387	2.507	11.414	70.934	206
	<b>КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ</b>	150	0.325	0.009	20.825	84.75	376
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
Итого за о б е д:		470	14.76	15.32	70.35	414.056	
полдник:							
	<b>СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ</b>	140	0.7	0.14	14.14	64.4	501
	<b>БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ</b>	60	4.3	4.9	37.4	202	276
Итого за полдник:		200	5	5.04	51.54	266.4	
у ж и н:							
	<b>МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ</b>	80	0.667	3.467	3.867	49.734	54-23з-2020
	<b>ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ</b>	120	9.75	10.8	3.99	169.5	311
	<b>ЧАЙ С САХАРОМ</b>	190	0.106		5.067	20.689	457
	<b>ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ</b>	20	4.534	0.867	26.534	26.8	
	<b>ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ</b>	40	10.134	1.067	65.6	62.667	1
Итого за у ж и н:		450	25.191	16.201	105.058	329.39	
Итого за день:		1595	54.471	46.927	287.588	1615.211	
Среднее значение за период:		1553	66.744	55.65	270.138	1579.99	