

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		N рецептуры
		Б		Ж		У		Энергетическая ценность (ккал)				
		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3			
День 1		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	
Завтрак:	Бутерброд с сыром	20/5/15	20/4/10	4,20	3,4	6,11	5,4	12,92	10,2	123,55	104	3
	Каша рисовая жидкая	200	150	2,17	2,0	3,89	2,85	22,51	16,5	129,45	96,7	185
	Какао с молоком	200	180	3,67	3,3	3,19	2,79	15,82	13,5	107,00	96,3	397
Итого за завтрак		440	364	10,04	8,7	13,19	11,04	51,25	40,2	360	29,4	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100	100	0,5	0,5	-	-	10,06	10	42	42	399
	Свекольник на м.к.б. со сметаной	200	150	2,2	1,6	5,13	3,9	11,60	8,25	101,4	75,5	56
	Фрикадельки мясные в соусе	80	60	6,4	4,8	6,5	4,9	5,8	4,4	109	82	288
	Картофельное пюре	150	120	3,06	2,4	4,8	3,8	20,43	16	137,2	109,6	321
	Компот из свежих плодов	180	150	0,29	0,24	0,01	0,00	24,8	20,0	101,7	84,1	376
	Хлеб ржаной	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75	
	Хлеб пшеничный	10	10	0,61	0,61	0,21	0,21	4,17	4,17	21,4	21,4	
Итого за обед		700	550	22,39	13,05	20,57	14,41	99,64	87,12	689	455,2	
Полдник	Ряженка	180	150	5,2	4,3	4,5	3,7	7,56	6,25	92	76	401
	Печенье	20	10	1,48	0,74	1,88	0,94	14,62	7,3	81,40	40,7	
	Фрукты	100	90	1,5	1,3	0,5	0,45	21,00	18,9	96,00	86	368
Итого за полдник		300	250	8,18	6,34	6,08	5,09	43,1	32,4	270,00	203	
Ужин	Котлеты рыбные, запеченные	80	60	8,59	6,4	8,47	6,3	4,17	3,12	133	99,7	255
	Соус сметанный с томатом	30	25	0,52	0,43	1,49	1,25	2,11	1,75	40	33	355
	Каша перловая	150	120	3,7	2,9	4,16	3,2	38,72	30,4	151,0	120,0	313
	Чай с сахаром	200	180	0,06	0,05	0,02	0,01	9,99	8,99	40,00	36	391,392
	Батон	40	20	2,67	1,33	2,34	1,17	14,31	7,15	89	44,5	
Итого за ужин		500	405	15,34	10,61	16	12,5	50,41	44,8	414,4	302	
Итого за первый день:		2040	1669	57	40	66,5	43	254	200	1775	1375	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)			N рецептуры	
		Б		Ж		У		Энергетическая ценность (ккал)						
		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3			
День 2														
Завтрак	Бутерброд с маслом	20/5	20/4	1,53	1,46	4,71	4,52	9,13	8,76	85,00	81	1		
	Каша пшеничная жидкая	200	150	4,59	3,4	4,90	3,6	26,32	19,7	184,00	138	185		
	Кофейный напиток с молоком	200	180	2,85	2,5	2,41	2,16	14,36	12,9	91,00	81,9	395		
Итого за завтрак		425	354	9,02	7,36	12,02	10,2	49,81	41,4	360,00	300,9			
Завтрак 2	Сок фруктовый	100	100	0,50	0,5	-	-	10,06	10,06	42,0	42,0	399		
Обед	Капуста отварная с маслом	50	40	1,08	0,86	2,55	2,04	2,11	1,69	26,82	21,4	320		
	Суп из овощей на кур.б. <i>с смет.</i>	200	150	2,1	1,5	6,18	4,0	11,28	8,2	80,0	60,0	42		
	Плов из курицы	200	180	19,47	15,3	11,5	9,4	33,9	30,5	180	150	304		
	Компот из сушеных фруктов	180	150	0,29	0,24	0,01	0,00	24,8	20,0	101,7	84,1	376		
	Хлеб ржаной	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75			
	Хлеб пшеничный	20	20	1,22	1,22	0,42	0,42	8,34	8,34	42,88	42,88			
Итого за обед		700	580	25,9	20,03	22,81	17,8	89,2	80,1	756	450			
Полдник	Снежок	200	150	5,22	4,35	4,50	3,75	7,20	6,0	90,00	75	401		
	Булочка домашняя	50	50	3,95	3,95	4,15	4,15	27,29	27,29	179,8	179,8	469		
Итого за полдник		230	200	9,17	8,3	8,65	7,9	36,2	33,3	270	254,8			
Ужин	Омлет натуральный	130	130	9,49	9,49	22,08	22,08	2,2	2,2	200,1	200,1	215		
	Икра свекольная	70	50	1,7	1,2	2,2	1,57	6,19	4,4	72	51	54		
	Чай с лимоном	200	150	1,01	0,01	0,01	0,01	14,31	10,7	41,00	31	293,391		
	Батон	40	20	2,67	1,33	2,34	1,17	14,31	7,15	89	44,5			
	Фрукты	100	90	1,5	1,3	0,5	0,45	21	18,9	90	86			
Итого за ужин		560	430	15,36	13,32	27,12	25,27	58,01	43,35	492	412			
Итого за второй день:		2015	1646	55	50,5	62,19	57	260	207	1857	1458			

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)			N рецептуры
		Б		Ж		У		Энергетическая ценность (ккал)					
		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3		
День 3		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3		
Завтрак:	Бутерброд с маслом	20/5	20/4	1,53	1,56	4,71	4,52	9,13	8,76	85,00	81		1
	Каша пшеничная жидкая	200	150	4,40	3,3	4,06	3,0	26,99	20,1	187,00	140		185
	Кофейный напиток с молоком	200	180	2,85	2,5	2,41	2,16	14,36	12,9	91,00	81,9		395
Итого за завтрак		425	354	8,78	7,26	11,18	9,68	50,48	41,6	363	302,9		
Завтрак 2	Сок фруктовый	100	100	0,5	0,5	0,00	0	10,1	10,1	42,6	42,6		399
Итого за 2 завтрак		100	100	0,5	0,5	0,00	0	10,1	10,1	42,6	42,6		
	Суп картофельный с бобовыми	200	150	5,49	4,1	5,27	3,9	16,32	12,2	134,75	102		81
	Капуста тушеная	130	120	2,81	2,5	4,20	3,8	12,25	11,2	97,63	89		336
	Тефтели мясные	80	60	4,68	3,5	8,61	6,4	10,05	7,5	148,5	111		287
	Компот из свежих плодов	180	150	0,29	0,24	0,01	0,01	21,8	18,1	88,92	73,3		372
	Хлеб ржаной	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75		
	Хлеб пшеничный	20	20	1,22	1,22	0,42	0,42	8,34	8,34	42,88	42,8		
Итого за обед		710	580	18,58	13,96	21,3	16,7	96,35	79,3	654,03	529		
Полдник	Кефир	180	150	5,22	4,3	4,50	3,7	7,20	6,0	90,00	75		401
	Конфета (мармелад)	20	15	0,02	0,01	0,00	0	15,88	11,8	64,2	48		
	Фрукты	100	90	1,5	1,3	0,5	0,45	21	18,9	96	86		
Итого за полдник		300	255	6,74	5,61	5,0	4,15	44,08	36,7	250,2	209		
Ужин	Ленивые вареники с маслом	200	180	14,71	13,2	16,5	14,8	19,34	19,8	326	283		230
	Чай с сахаром	200	180	0,06	0,05	0,02	0,01	9,99	8,99	40,00	36		391,392
	Багон	40	20	2,67	1,33	2,34	1,17	14,31	7,15	89	44,5		
	Печенье	20	10	1,48	0,74	1,88	0,94	14,62	7,3	81,4	40,7		
Итого за ужин		460	390	18,9	15,32	20,8	16,9	58,2	43,2	536	403		
Итого за третий день:		1995	1679	53,5	42,6	58,2	47,4	259	210,8	1845	1485		

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		N рецептуры	
		блюда		Б		Ж		У					
		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3		
День 5													
Завтрак:		20/5/15	20/4/10	4,20	3,4	6,11	5,4	12,92	10,2	123,55	104	3	
	Бутерброд с сыром	40	40	5,08	5,08	4,6	4,6	0,28	0,28	63	63	213	
	Яйцо вареное вкрутую	гр.	гр.										
	Кофейный напиток с молоком	200	180	2,85	2,5	2,41	2,16	14,36	12,9	91	81,9	395	
	Морковь, припущенная со сливочным маслом	140	110	1,18	0,9	3,67	2,8	10,07	7,9	78,1	61	331	
Итого за завтрак		420	364	13,31	10,8	22,9	14,9	37,6	31,2	355	309		
Завтрак 2		100	100	0,5	0,5	1,5	1,5	21	21	96	96		
Обед		60	30	0,65	0,32	2,06	1,03	3,57	1,7	35,5	17,7	55	
	Икра овощная	200	150	1,77	1,32	6,88	5,16	8,48	6,36	121,81	90,7	67	
	Щи из св.капусты м/к. б. со сметаной	130	120	6,17	5,6	1,65	1,5	32,72	29	170	156	313	
	Каша рассыпчатая гречневая	80	60	10,2	7,7	8,2	6,75	3,3	2,45	157	117	277	
	Гуляш из отварного мяса	180	150	0,29	0,24	0,01	0,00	24,8	20,0	101,7	84,1	376	
	Компот из сушеных фруктов	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75		
	Хлеб ржаной	20	20	1,22	1,22	0,42	0,42	8,34	8,34	42,88	42,8		
	Хлеб пшеничный	720	570	22,27	18,8	19,8	14,9	102,1	85	674,66	581		
Итого за обед		180	150	5,22	4,35	4,5	3,75	7,20	6	90,2	75	401	
Полдник		100	95	1,5	1,3	0,5	0,45	21	18,9	96	86		
	Снежок	280	245	6,7	5,6	5	4,2	25,2	24	186	161		
	Фрукты	150	100	5,61	3,69	12,21	6,56	26,56	18,17	239	165	155	
Итого за полдник		50	40	0,95	0,76	2,25	1,8	9,9	7,2	50,00	40	350	
Ужин		200	180	0,06	0,05	0,02	0,01	9,99	9,0	40,00	38	391	
	Запеканка овощная	50	50	3,95	3,95	4,15	4,15	29,0	29,0	179	179	466	
	Молочный соус	450	370	10,57	8,45	18,63	12,5	111	63,3	508	422		
	Чай с сахаром	1980	1649	53,3	44,1	67,8	48	296	224	1819	1569		
Итого за ужин													
Итого за пятый день:													

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		N рецепту ры
		Б		Ж		У		3-7		1-3		
		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3			
День 6		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	
Завтрак:	Бутерброд с сыром	20/5/15	20/4/10	4,20	3,4	6,11	5,4	12,92	10,2	123	104	3
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	160	5,15	4,12	5,21	4,1	18,83	15,06	145,20	116	93
	Какао на молоке	200	180	3,67	3,3	3,19	2,79	15,82	13,5	107	96,3	397
Итого за завтрак		440	374	13,02	10,82	14,51	12,29	47,57	38,7	375,75	316,3	
Завтрак 2		100	100	0,85	0,5	-	-	10,17	10,1	42	42	
	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	200	150	1,74	1,27	4,88	3,6	8,48	6,36	84,75	63,5	57
	Котлета из говядины	80	60	7,05	5,2	7,91	5,9	5,83	4,3	143	107	282
	Пюре из овощей	150	120	2,8	2,2	3,2	2,5	17	13,6	120	96	330
	Компот из сушеных фруктов	180	150	0,29	0,24	0,0018	0,008	24,8	20	101,7	84,1	376
	Хлеб ржаной	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75	
	Хлеб пшеничный	10	10	0,61	0,61	0,21	0,21	4,17	4,17	21,4	21,4	
Итого за обед		720	570	17,19	12,72	19,2	14,41	92	70,4	630	484	
Полдник		180	150	5,22	4,3	4,50	3,7	7,20	6	90,00	75	
	Кефир	20	10	0,02	0,01	0	0	15,88	7,9	64,2	32	
	Конфета	100	90	1,5	1,3	0,5	0,45	21	18,9	96	86	
	Фрукты	300	250	8,2	5,6	5	4,15	42,82	32,8	250	193	
Итого за полдник		170	150	13,8	12,1	10,1	8,8	25,05	22	240	211	235
Ужин		50	40	0,95	0,76	2,25	1,8	6,6	5,2	50	40	351
	Пудинг из творога (запеченный)	200	180	1,36	1,2	0,00	0	29,02	26	112	100	381
	Соус молочный	40	20	2,67	1,33	2,34	1,17	14,31	7,15	89	44,5	
	Кисель	460	390	18,7	15,3	14,69	11,7	74,9	60,3	491	395,5	
	Батон	2020	1684	57,8	44,9	53,3	42,5	265	212	1788	1430	
Итого за ужин												
Итого за шестой день:												

Прим пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическа я ценность (ккал)		N рецептуры
		Б		Ж		У						
		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3			
День 7												
Завтрак	Бутерброд с маслом	20/5	20/4	1,53	1,46	4,71	4,52	9,13	8,76	85,00	81	1
	Омлет натуральный	130	130	9,46	9,46	22,08	22	2,20	2,2	200,1	200	215
	Кофейный напиток с молоком	200	180	2,85	2,5	2,41	2,16	14,36	12,9	91,00	81	395
	Горошек зеленый консерв.	30	30	3,9	3,9	1,55	1,5	1,88	1,8	25,08	23,08	10
Итого за завтрак		385	364	17	15,5	30,7	28,5	27,5	24	401,9	385	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100	100	0,50	0,5	1,50	1,5	16	16	96	96	
Обед	Икра из свеклы	60	40	1,17	0,7	2,28	1,52	6,18	4,12	50,05	33	54
	Суп картофельный с крупой на курином бульоне	200	150	2,08	1,56	2,23	1,6	13,6	10,2	150	112	80
	Макаронны отварные	150	120	5,5	4,4	4,5	3,6	26,4	21	168	134	317,204
	Курица в сметанном соусе	80	60	6,4	4,8	6,5	4,9	5,8	4,4	112	80	278,354
	Компот из свежих плодов	180	150	0,29	0,24	0,00	0,01	21,8	18,1	88,92	75	372
	Хлеб ржаной	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75	...
	Хлеб пшеничный	20	10	1,22	0,61	0,42	0,2	8,34	4,17	42,88	21	
Итого за обед		750	570	17,8	13,1	20,3	14,2	114,1	86	617	464	
полдник	Снежок	180	150	5,22	4,35	4,50	3,75	7,56	6	91,20	75	
	Фрукты	100	90	3,08	2,7	1,2	1	20,04	18	104,8	93	
Итого за полдник		280	240	8,3	7	6,7	4,75	27,5	24	195	168	
Ужин	Рыбные тефтели тушеные	80	60	5,15	3,8	8,21	6,1	10,67	7,5	121	90	261,352
	Картофельное пюре	150	120	3,06	2,4	4,80	3,8	20,43	16	137,25	109	321
	Чай с лимоном	200	180	0,01	0,01	0,01	0,01	14,31	10,7	41	31	393,391
	Батон	40	20	2,67	1,33	2,34	1,17	14,31	7,15	89	44,5	
	Печенье	20	20	1,48	1,48	1,88	1,88	14,6	14,6	81,4	81,4	
Итого за ужин		490	400	11	8,5	16	12	58	54	469	355	
Итого за седьмой день:		2005	1674	51	39	58	40	258	199	1760	1368	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)		N рецептуры
		Б		Ж		У		Э		N		
		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3			
День 8												
Завтрак:	Бутерброд с маслом	20/5	20/4	1,53	1,46	4,71	4,52	9,13	8,76	85,00	81	1
	Каша пшеничная жидкая	200	150	4,4	3,3	4,06	3	26,9	20,2	134	120	185
	Какао с молоком	200	180	3,67	3,3	3,19	2,79	15,82	13,5	107	96,3	397
Итого за завтрак		425	354	9,6	8	11,7	10,3	51,94	41	326	317	
Завтрак 2	Сок фруктовый	100	100	0,5	0,5	0	0	12,7	12,7	81	81	
Обед	Щи из св. капусты на м/к. б. со сметаной	200	150	1,74	1,3	4,88	3,6	18,48	13,8	84	63	67
	Икра из свеклы	60	40	1,17	0,7	2,28	1,52	6,18	4,12	50,03	33	
	Мясо тушеное с овощами в соусе	230	180	12,4	8	17,3	13,5	15,7	12,2	309,45	241	274
	Компот из свежих плодов	180	150	0,29	0,24	0,01	0,01	21,8	18,1	88,92	73,3	372
	Хлеб ржаной	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75	
	Хлеб пшеничный	20	20	1,22	1,22	1,42	1,42	8,34	8,34	42,88	42,88	
	Итого за обед		740	580	19,9	13,5	25,3	20,4	92,5	74	667	527
Полдник	Снежок	180	150	4,8	4	4,3	3,5	7,56	6,3	75	62	
	Печенье	20	10	1,48	0,74	1,88	0,94	14,62	7,3	52	40,7	
	Фрукты	100	90	1,5	1,3	0,5	0,45	21	18,9	96	86	368
Итого за полдник		300	252	7,78	60,4	6,68	4,8	43,18	32,5	252,4	188	
Ужин	Запеканка из творога с морковью	200	150	19	14,2	15	11,2	40	30	260	195	238
	Соус молочный	50	50	0,95	0,95	2,25	2,25	6,6	6,6	50	50	351
	Чай с сахаром	200	180	0,06	0,05	0,02	0,01	9,99	8,99	40,00	36	391,392
	Батон	40	20	2,67	1,33	2,34	1,17	14,31	7,15	89,00	44,5	
Итого за ужин		490	400	22,7	17,33	19,6	14,6	70,9	52,6	439	325	
Итого за восьмой день:		2055	1684	58	44	63	55	268	211	1795	1438	

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества(г)						Энергетическая ценность (ккал)			N рецептуры	
		Б		Ж		У		Энергетическая ценность (ккал)						
		3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3			
День 9														
Завтрак:	Бутерброд с маслом	20/5	20/4	1,53	1,4	4,71	4,52	9,13	8,76	85,0	81	1		
	Каша гречневая с молоком	200	150	6,14	4,6	1,65	1,2	32,72	24	180	135	168		
	Кофейный напиток с молоком	200	180	2,85	2,5	2,41	2,16	14,36	12,9	91,00	81,9	395		
Итого за завтрак		425	354	10,5	8,5	8,7	7,8	55	45,96	356	298			
Завтрак 2	Сок фруктовый	100	100	0,5	0,5	0	0	12,7	12,7	81	81	399		
Обед	Капуста тушеная	50	40	1,03	0,8	1,61	1,2	4,71	3,7	45,06	36	336		
	Суп картофельный с клецками на кур. б.	200	150	1,6	1,57	2,6	2	9,7	7,2	70	122	85,120		
	Курица тушеная в соусе с овощами	230	180	11,94	9,3	8,85	6,9	19,70	15,4	199,58	155	302,356		
	Компот из свежих плодов	180	150	0,29	0,24	0,01	0,01	21,8	18,1	88,92	73,3	372		
	Хлеб пшеничный	20	20	1,22	1,22	0,42	0,42	8,34	8,34	42,88	42,88			
	Хлеб ржаной	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75			
Итого за обед		730	580	19,56	15,52	13,6	10,5	90,31	73,4	618	493			
Полдник	Ряженка	180	150	5,22	4,3	4,5	3,7	7,56	6,2	91,20	76	401		
	Фрукты	100	95	1,5	1,3	0,5	0,45	21	18,9	96	86			
Итого за полдник		280	245	6,72	5,6	5	4,15	28,5	25,1	187,2	162			
Ужин	Рыба тушеная с овощами	80	60	10,08	7,5	6,69	5	7,98	5,9	132	99	247		
	Картофель отварной с маслом	150	120	2,85	2,2	18,0	14,4	23	18,4	132,06	105,6	318		
	Чай с сахаром	200	180	0,06	0,05	0,02	0,01	9,99	8,99	40	36	391,392		
	Багон	40	20	2,67	1,33	2,34	1,17	14,31	7,15	89,00	44,5			
	Вафли	30	20	2,58	1,72	3,28	2,1	16,1	11	89,6	59			
Итого за ужин		500	400	18,2	12,8	30,3	20,5	70	40	393	284			
Итого за девятый день		2035	1679	54	41	56	46	259	206	1795	1400			

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества (г)						Энергетическая ценность (ккал)		№ рецептуры
		3-7	1-3	Б		Ж		У		3-7	1-3	
				3-7	1-3	3-7	1-3	3-7	1-3			
День	Бутерброд с маслом и сыром	20/5/1	20/4/10	4,2	3,4	6,11	5,4	12,92	10,7	123,55	104	3
Завтрак	Каша манная жидкая	200	150	2,18	1,6	3,89	2,8	20,44	15	134,00	100	185
	Какао с молоком	200	180	3,67	3,3	3,19	2,79	15,82	13,5	107,00	96,3	397
Итого завтрак		440	364	10,08	8,3	13,19	10,9	49,1	38,5	365	300,3	
Завтрак	Сок фруктовый	100	100	0,80	0,8	0,16	0,16	16,16	16,1	73,60	73,6	
Обед	Икра из моркови	50	40	1,09	0,8	2,29	1,8	5,43	4,1	46,85	36	54
	Суп картофельный	200	150	2,34	1,7	2,82	2,1	12,1	8	115	63	77
	Макароник с печеню	200	164	11,6	9	26,3	15,2	21	15	244	167	292
	Компот из сушеных фруктов	180	150	0,29	0,24	0,01	0,00	24,8	20	101,7	84,1	376
	Хлеб ржаной	50	40	3,00	2,4	0,50	0,4	22,16	17,7	94,50	75	
	Хлеб пшеничный	20	20	1,22	1,22	0,42	0,42	8,34	8,34	42,88	42,8	
Итого обед		700	564	20,39	15,3	34,5	26,7	82,08	72	643	467	
Полдник	Кефир	180	150	3,22	2,6	4,50	3,7	7,20	6	90,00	75	
	Ватрушка с творогом	100	80	8,7	6,9	8,82	7	29,9	23	202	161	458,453,504
Итого полдник		280	230	11,89	10,5	13,32	10,7	37,2	29	303	236	
Ужин	Яйцо вареное вкрутую	1шт40	40	5,08	5,08	4,60	4,6	0,28	0,28	63,00	63	213
	Овощи отварные с маслом	150	150	2,8	2,8	4,1	4,1	5,7	5,7	105	105	320
	Чай с сахаром	200	150	0,06	0,05	0,02	0,01	9,99	8,99	40	36	391
	Батон	40	20	2,67	1,33	2,34	1,17	14,31	7,15	89	44,5	
	Фрукты	100	95	1,5	1,3	0,5	0,45	21	18,9	96	86	
Итого ужин		530	455	12,8	10,5	11,5	10,3	51	41	399	334	
Итого за десятилетие		2070	1713	54	43	73	43	250	196	1857	1375	

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

МУНИЦИПАЛЬНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ
"ДЕТСКИЙ САД ОБЩЕРАЗВИВАЮЩЕГО ВИДА №19" ВОЛЖСКОГО РАЙОНА Г. САРАТОВА

Медведева Ольга Викторовна, Заведующий

29.11.2012 12:26 (MSK)

Сертификат: 5556B88EAB5FB9FD317C1F5FEF5BF62