

Сотласовано

БАНКЕТОРЪ МАОУ СОШ № 1

Денисова А.Н.



для детей 3-7 лет

№- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г	Жиры, г	Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	всего		
1 день 1 неделя						
	Завтрак					
24/2	Суп молочный с лапшой	180,0	4,76	5,37	14,42	123,9
30/10	Чай с молоком	180,0	1,35	1,43	10,93	59,85
1/13	Батон витаминизированный с маслом	35,0	2,37	5,28	17,28	126,4
	Итого за 'Завтрак'		8,48	12,08	42,63	310,2
	второй завтрак					
-	Сок	100,0	0,5	0,1	10,3	43,24
	Итого за '10:00'		0,5	0,1	10,3	43,24
	Обед					
29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	30,0	0,35	1,79	3,28	29,09

14/2	Суп картофельный с крупой	180,0/5,0	3,53	4,93	16,45	122,2
	Котлета из свинины Детская	70,0	10,82	17,29	8,09	231
	Соус томатный	20,0	0,18	0,67	1,19	11,32
3/4	Каша гречневая вязкая	120,0	3,65	3,08	19,07	113,8
6/10	Компот из сухофруктов	180,0	0,92	0,05	20,86	78,84
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98
	Итого за 'Обед'		22,41	28,22	89,01	680,9
	Полдник					
6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	80,0	5,1	4,64	6,98	89,7
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
-	Хлеб пшеничный	20,0	1,32	0,13	9,38	44,78
	Итого за 'Полдник'		6,49	4,79	25,22	168,5
	Итого за день		37,89	45,19	167,15	1203
2 день 1 недели						
	Завтрак					
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180,0	5,87	5,24	29,34	186,6
32/10	Кофейный напиток с молоком	180,0	2,82	2,27	13,04	81,51
2/13	Батон витаминизированный с сыром	25,0	3,14	2,34	11,06	78,42
	Итого за 'Завтрак'		11,83	9,85	53,44	346,5
	10:00					
-	Дюлоки	100,0	0,4	0,4	11,6	48,68
	Итого за '10:00'		0,4	0,4	11,6	48,68
	Обед					
28/3	Икра из кабачков	30,0	0,56	2,62	2,91	35,99
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	180,0/5,0	1,32	2,17	6,67	49,31

13/8	Гуляш из отварного мяса курицы	120,0	2,48	3,12	17,66	107,7
3/3	Картофельное пюре	180,0	0,45	0,19	18,14	69,32
37/10	Напиток из шиповника	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб ржаной	25,0	1,65	0,15	12,95	59,83
-	Хлеб пшеничный	70,0	6,53	7,63	2,58	105,1
	Итого за 'Обед'		14,31	16,11	69,26	465,9
	Полдник					
23/12	Манник	50,0	3,26	3,8	28,1	157,1
38/10	Молоко кипяченое	150,0	4,36	3,76	7,22	79,16
	Итого за 'Полдник'		7,62	8,66	35,4	246,5
	Итого за день		27,96	30,51	133,77	903,1

3 день 1 недели

	Завтрак					
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	180,0	5,36	4,61	30,36	180
30/10	Чай с молоком	180,0	2,63	2,22	13,09	80,46
1/13	Батон витаминизированный с маслом	35,0	2,35	5,86	17,26	131,5
	Итого за 'Завтрак'		10,34	12,69	60,7	392
	10:00					
-	Сок	100,0	0,5	0,1	10,3	43,24
	Итого за '10:00'		0,5	0,1	10,3	43,24
	Обед					
38/1	Салат из отварной свеклы с изюмом и растительным маслом	30,0	0,4	1,79	5,95	39,19
14/2	Суп картофельный с крупой	180,0/5,0	2,42	3,95	16,45	108,9
9/8	Печень по-строгановски	80,0	9,67	12,16	2,32	157,8
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	100,0	2,41	2,36	25,5	133,3
3/10	Компот из яблок	180,0	0,32	0,32	17,95	71,96

-	Хлеб ржаной	20,0		1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	25,0		1,65	0,15	12,95	59,83
	Итого за 'Обед'			18,2	20,96	89,45	609,7
	Полдник						
8/5	Запеканка (сырники) из творога	70,0		14,28	1,58	9,58	110,7
2/11	Соус молочный (для запекания)	20,0		0,77	2,07	2,3	30,75
36/10	Какао с молоком	180,0		3,28	2,46	21,77	116,6
	Итого за 'Полдник'			18,32	6,1	33,66	258,1
	Итого за день			46,86	39,76	183,81	1260
4 день 1 недели							
	Завтрак						
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	180,0		4,77	4,45	26,57	164
36/10	Какао с молоком	180,0		3,28	2,46	21,77	116,6
2/13	Батон витаминизированный с сыром	25,0		3,14	2,34	11,06	78,42
	Итого за 'Завтрак'			11,18	9,24	59,4	359,1
	10:00						
-	Сок	100,0		0	0	0	0
	Итого за '10:00'			0	0	0	0
	Обед						
48/1	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, огурцом марин. и растительным маслом	40,0		0,44	3,99	3,13	49,45
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	180,0/5,0		1,79	3,2	11,66	81,64
32/8	Колбаска витаминная	70,0		0,73	1,74	1,97	26,17
11/3	Капуста тушеная	110,0		2,56	2,09	12,73	74,15

6/10	Компот из сухофруктов	180,0		0,92	0,05	20,86	78,84
-	Хлеб ржаной	20,0		1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	25,0		1,65	0,15	12,95	59,83
	Итого за 'Обед'			9,42	11,46	71,64	408,8
	полдник						
7/0	Булочные изделия (в ассортименте)	40,0		3,07	5,05	21,6	143,1
38/10	Молоко кипяченое	150,0		4,36	3,76	7,22	79,16
	Итого за 'полдник'			7,43	8,81	28,82	222,2
	Итого за день			28,02	29,51	159,86	990

5 день 1 недели

	Завтрак						
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	180,0		6,92	8	30,75	217,8
30/10	Чай с молоком	180,0		2,63	2,22	13,09	80,46
1/13	Батон витаминизированный с маслом	35,0		2,35	5,86	17,26	131,5
	Итого за 'Завтрак'			11,9	16,08	61,09	429,8
	10:00						
37/10	Напиток из шиповника	100,0		0,25	0,1	10,08	38,51
	Итого за '10:00'			0,25	0,1	10,08	38,51
	Обед						
8/1	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	30,0		0,4	1,79	1,53	22,9
4/2	Борщ с картофелем	180,0/5,0		1,57	3,94	12,43	87,44
3/9	Рагу из мяса кур	170,0		2,34	7,9	18,13	151,1
3/10	Компот из яблок	180,0		0,32	0,32	17,95	71,96
-	Хлеб ржаной	20,0		1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	20,0		1,32	0,12	10,36	47,86
	Итого за 'Обед'			7,69	13,84	62,32	393,3

	Полдник					
11/12	Булочка Российская	50,0	3,61	3,79	28,53	160,7
38/10	Молоко кипяченое	180,0	5,23	4,51	8,66	94,99
	Итого за 'Полдник'		8,84	8,3	37,19	255,7
	Итого за день		26,94	38,67	166,73	1096

6 день 2 недели

	Завтрак					
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	180,0	5,87	5,24	29,34	186,6
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
1/13	Батон витаминизированный с маслом	30,0	2,02	5,03	14,79	112,7
	Итого за 'Завтрак'		7,96	10,29	52,98	333,4
	10:00					
-	Сок	100,0	0	0	0	0
	Итого за '10:00'		0	0	0	0
	Обед					
28/3	Икра из кабачков	40,0	0,74	3,49	3,88	47,98
16/2	Суп картофельный с бобовыми	180,0/5,0	4,1	4,12	17,97	121,3
	Котлета из свинины Детская	70,0	9,68	19,86	4,99	236,5
	Соус томатный	20,0	0,18	0,67	1,19	11,32
46/3	Макаронные изделия отварные	120,0	4,23	2,64	27,27	149,4
37/10	Напиток из шиповника	180,0	0,45	0,19	18,14	69,32
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	20,0	1,32	0,12	10,36	47,86
	Итого за 'Обед'		22,03	31,32	92,14	722,4
	Полдник					
11/12	Булочка Российская	50,0	3,61	3,79	28,53	160,7
38/10	Молоко кипяченое	150,0	4,36	3,76	7,22	79,16

	Итого за 'Полдник'			7,97	7,55	35,75	239,9
	Итого за день			37,95	49,15	180,87	1296
7 день 2 недели							
	Завтрак						
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	180,0		6,92	8	30,75	217,8
32/10	Кофейный напиток с молоком	180,0		2,82	2,27	13,04	81,51
2/13	Батон витаминизированный с сыром	30,0		3,76	2,81	13,28	94,1
	Итого за 'Завтрак'			13,51	13,07	57,06	393,4
	10:00						
-	Сок	100,0		0	0	0	0
	Итого за '10:00'			0	0	0	0
	Обед						
35/1	Салат из отварной свеклы с марин. огурцами и растительным маслом	30,0		0,39	1,79	2,39	25,87
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	180,0/5,0		2,43	3,15	6,67	62,6
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	70,0		11,15	3,57	6,14	101,3
1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	20,0		0,39	1,07	1,36	16,51
3/3	Картофельное пюре	110,0		2,27	2,86	16,19	98,73
3/10	Компот из яблок	180,0		0,32	0,32	17,95	71,96
-	Хлеб ржаной	20,0		1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	20,0		1,32	0,12	10,36	47,86
	Итого за 'Обед'			19,6	13,11	69,41	463,5
	Полдник						
24/12	Шарлотка	60,0		2,27	2,14	16,38	91,63
-	Кефир	180,0		5,4	0,09	7,2	54,36
	Итого за 'Полдник'			7,67	2,23	23,58	146

Итого за день			40,77	28,42	150,05	1003
8 день 2 недели						
	Завтрак					
24/2	Суп молочный с лапшой	180,0	4,75	4,68	14,53	118,1
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
1/13	Батон витаминизированный с маслом	35,0	2,35	5,86	17,26	131,5
	Итого за 'Завтрак'		5,7	8,1	31,82	220,7
	10:00					
-	Сок	100,0	0	0	0	0
	Итого за '10:00'		0	0	0	0
	Обед					
42/1	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	30,0	0,92	2,18	3,74	37,24
31/2	Суп-пюре из разных овощей	200,0/10,0	3,19	3,97	15,85	109
4/8	Плов из мяса говядины	180,0	10,99	23,63	33,04	387,5
6/10	Компот из сухофруктов	180,0	0,92	0,05	20,86	78,84
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,12	10,36	47,86
-	Хлеб пшеничный	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
	Итого за 'Обед'		15,39	23,12	77,92	569,6
	Полдник					
26/12	Шаньга со сметаной	60,0	5,45	6,93	29,57	202
38/10	Молоко кипяченое	150,0	4,36	3,76	7,22	79,16
	Итого за 'Полдник'		9,81	10,69	36,78	281,1
	Итого за день		35,64	51,44	169,62	1264
9 день 2 недели						
	Завтрак					
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	180,0	7,03	7,01	31,1	208,3
30/10	Чай с молоком	180,0	2,63	2,22	13,09	80,46

2/13	Батон витаминизированный с сыром	30,0	3,76	2,81	13,28	94,1
	Итого за 'Завтрак'		13,42	12,04	57,46	382,9
	10:00					
-	Сок	100,0	0	0	0	0
	Итого за '10:00'		0	0	0	0
	Обед					
16/1	Салат из моркови с растительным маслом	30,0	0,35	1,79	3,4	29,5
2/2	Борщ со сметаной	180,0/5,0	2,56	4,61	8,86	84,34
53/8	Запеканка картофельная, фаршированная печенью	180,0	11,54	6,96	26,3	212,2
7/11	Соус сметанный	20,0	0,24	1,56	0,87	18,53
37/10	Напиток из шиповника	180,0	0,45	0,19	18,14	69,32
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	20,0	1,32	0,12	10,36	47,86
	Итого за 'Обед'		17,78	15,45	76,27	500,4
	Полдник					
8/5	Запеканка (сырники) из творога	70,0	14,28	1,58	9,58	110,7
2/11	Соус молочный (для запекания)	20,0	0,77	2,07	2,3	30,75
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
	Итого за 'Полдник'		15,11	3,67	20,74	175,5
	Итого за день		46,31	31,16	154,47	1059
10 день 2 недели						
	Завтрак					
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	180,0	4,77	4,45	26,57	164
36/10	Какао с молоком	25,0	1,68	4,19	12,33	93,93

1/13	Батон витаминизированный с маслом		6,45	8,64	38,9	258
	Итого за 'Завтрак'		8,38	9,94	52,61	327,8
	10:00					
	Яблоко запеченное	100,0	0,45	0,42	10,85	46,71
	Итого за '10:00'		0,45	0,42	10,85	46,71
	Обед					
13/1	Салат из белокочанной капусты с отварной свеклой и растительным маслом	30,0	0,45	1,79	2,8	27,63
12/2	Суп картофельный со сметаной	180,0/5,0	2,24	3,09	8,93	71,19
39/8	Фрикадельки из мяса птицы	70,0	1,2	1,72	6,32	45,48
1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	20,0	0,39	1,07	1,36	16,51
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	100,0	2,41	2,36	25,5	133,3
3/10	Компот из яблок	180,0	0,32	0,32	17,95	71,96
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	20,0	1,32	0,12	10,36	47,86
	Итого за 'Обед'		9,65	10,7	81,56	452,6
	полдник					
6/6	Омлет с капустой	120,0	6,17	6,47	4,41	98,4
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
	Итого за 'полдник'		7,56	6,73	21,61	171,1
	Итого за день		24,1	26,49	152,91	928,4
11 день 3 недели						
	Завтрак					
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	200,0	7,7	9,12	34,17	245,8
30/10	Чай с молоком	180,0	2,63	2,84	13	85,68

1/13	Батон витаминизированный с маслом	30,0	2,03	4,53	14,82	108,4
	Итого за 'Завтрак'		12,36	16,48	61,98	439,8
	10:00					
-	Сок	100,0	0,5	0,1	10,3	43,24
	Итого за '10:00'		0,5	0,1	10,3	43,24
	Обед					
28/3	Икра из кабачков	30,0	0,56	2,62	2,91	35,99
28/2	Суп-пюре гороховый	200,0/10,0/5	6,92	2,88	21,67	135,8
	Котлета из свинины Детская	70,0	10,82	17,29	8,09	231
	Соус томатный	20,0	0,18	0,67	1,19	11,32
3/4	Каша гречневая вязкая	130,0	3,96	3,34	20,66	123,3
6/10	Компот из сухофруктов	180,0	0,92	0,05	20,86	78,84
-	Хлеб ржаной	25,0	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98
	Итого за 'Обед'		26,65	27,31	97,52	720,5
	Полдник					
47/3	Макаронные изделия отварные с сыром	150,0	6,67	4,68	29,26	185,9
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
	Итого за 'Полдник'		8,06	4,94	46,46	258,6
	Итого за день		47,58	48,83	216,26	1462
12 день 3 недели						
	Завтрак					
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	180,0	4,51	6,29	28,91	189,2
36/10	Какао с молоком	200,0	3,64	3,34	24,1	134,8
2/13	Батон витаминизированный с сыром	35,0	4,39	3,27	15,49	109,8
	Итого за 'Завтрак'		12,54	12,91	68,5	433,7

	10:00						
-	Сок	100,0	0,5	0,1	10,3	43,24	
	Итого за '10:00'		0,5	0,1	10,3	43,24	
	Обед						
18/1	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	30,0	0,39	1,78	6,38	40,79	
10/2	Рассольник домашний со сметаной	180,0/5,0	2,63	4,7	10,92	94,89	
12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	70,0	7,13	1,06	5,39	59,96	
3/3	Картофельное пюре	120,0	2,49	2,93	17,66	106,1	
37/10	Напиток из шиповника	180,0	0,21	0,09	13,14	50,16	
-	Хлеб ржаной	25,0	1,65	0,3	10,43	48,35	
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98	
	Итого за 'Обед'		16,15	11,03	75,63	456,2	
	полдник						
8/5	Запеканка (сырники) из творога	70,0	11,83	6,72	9,4	146,5	
-	Повидло яблочное	20,0	0,08	0	13,2	50,3	
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02	
	Итого за 'полдник'		11,98	6,74	31,46	230,8	
	Итого за день		41,17	30,78	185,89	1164	
13 день 3 недели							
	Завтрак						
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	200,0	5,97	5,26	33,67	201,1	
32/10	Кофейный напиток с молоком	180,0	2,82	2,89	12,95	86,73	
2/13	Батон витаминизированный с сыром	35,0	4,39	3,27	15,49	109,8	
	Итого за 'Завтрак'		13,18	11,42	62,11	397,6	
	10:00						
-	Яблочки	100,0	0,4	0,4	11,6	48,68	

	Итого за '10:00'			0,4	0,4	11,6	48,68
	Обед						
41/1	Салат из отварного картофеля с огурцом марин., репчатым луком и растительным маслом	30,0		0,36	3	2,59	38,59
4/2	Борщ с картофелем	180,0/5,0		2,59	4,76	12,02	97,48
11-2/8	Печень тушеная (80 г)	100,0		24,27	10,6	0	192,5
	Соус томатный	20,0		0,18	0,67	1,19	11,32
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	130,0		3,15	2,76	33,16	170,5
20/10	Кисель из сухофруктов	180,0		0,92	0,05	30,71	117,7
-	Хлеб ржаной	25,0		1,65	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб пшеничный	25,0		1,65	0,3	10,43	48,35
	Итого за 'Обед'			34,78	22,3	101,82	732,4
	полдник						
26/12	Шаньга со сметаной	60,0		5,45	6,99	29,56	202,5
-	Кефир	180,0		5,22	5,76	7,2	104,9
	Итого за 'полдник'			10,67	12,75	36,76	307,4
	Итого за день			59,03	46,87	212,28	1486
14 день 3 недели							
	Завтрак						
11/4	Каша пшениная молочная с маслом сливочным	200,0		6,54	6,6	32,56	214,3
30/10	Чай с молоком	180,0		2,63	2,84	13	85,68
1/13	Батон витаминизированный с маслом	35,0		2,37	5,28	17,28	126,4
	Итого за 'Завтрак'			11,54	14,72	62,84	426,4
	10:00						
-	Сок	100,0		0,5	0,1	10,3	43,24
	Итого за '10:00'			0,5	0,1	10,3	43,24
	Обед						

36/1	Салат из отварной свеклы с яблоками и растительным маслом	30,0	0,33	1,81	3,61	30,46
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	180,0/5,0	4,2	5,04	11,01	105,3
5/9	Котлета из мяса кур	70,0	1,43	1,56	6,5	45,93
11/3	Капуста тушеная	120,0	2,8	2,28	13,88	80,89
3/10	Компот из яблок	180,0	0,32	0,32	17,95	71,96
-	Хлеб ржаной	25,0	1,65	0,3	10,43	48,35
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98
	Итого за 'Обед'		12,37	11,47	75,09	438,8
	полдник					
6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	80,0	5,1	4,64	6,98	89,7
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
	Итого за 'полдник'		6,49	4,9	24,18	162,4
	Итого за день		30,9	31,19	172,41	1071
15 день 3 недели						
	Завтрак					
2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	200,0	7,82	7,98	34,48	233
29/10	Чай с лимоном	180,0	0,11	0,02	8,85	34,79
1/13	Батон витаминизированный с маслом	35,0	2,37	5,28	17,28	126,4
	Итого за 'Завтрак'		10,3	13,28	60,61	394,3
	10:00					
-	Сок	100,0	0,5	0,1	10,3	43,24
	Итого за '10:00'		0,5	0,1	10,3	43,24
	Обед					

8/1	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	30,0	0,4	1,79	1,43	22,74
14/2	Суп кудрявый с пшеном и яйцом	200,0/10,0/5	5,62	4,9	17,73	136,3
18/7	Тефтели рыбные в соусе	90,0	7,3	4,27	8,57	101,6
46/3	Макаронные изделия отварные	120,0	4,24	2,38	27,29	147,2
3/10	Напиток из апельсина	150,0	2,19	0,31	20,98	93,05
-	Хлеб ржаной	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,3	10,43	48,35
	Итого за 'Обед'		23,05	14,12	98,14	605,1
	полдник					
24/12	Шарлотка	50,0	1,89	1,79	13,65	76,36
38/10	Молоко кипяченое	200,0	5,81	6,41	9,42	117,4
	Итого за 'полдник'		7,7	8,2	23,07	193,8
	Итого за день		41,55	35,7	192,13	1236
16 день 4 недели						
	Завтрак					
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	200,0	5,31	5,09	29,47	183,3
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
1/13	Батон витаминизированный с маслом	30,0	2,03	4,53	14,82	108,4
	Итого за 'Завтрак'		7,41	9,63	53,14	325,7
	10:00					
-	Сок	100,0	0,5	0,1	10,3	43,24
	Итого за '10:00'		0,5	0,1	10,3	43,24
	Обед					
28/3	Икра из кабачков	30,0	0,56	2,62	2,91	35,99

18/2	Суп картофельный с макаронными изделиями	180,0/5,0	10,78	9,13	16,37	190
	Котлета Детская мясная	70,0	10,1	16,2	8,09	218,3
1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	20,0	0,4	1,04	1,36	16,24
43/3	Каша рисовая рассыпчатая	120,0	2,9	2,54	30,61	157,4
6/10	Компот из сухофруктов	180,0	0,92	0,05	20,86	78,84
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98
	Итого за 'Обед'		28,64	31,99	100,26	791,4
	Полдник					
37/12	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	70,0	4,2	3,52	43,59	217,8
38/10	Молоко кипяченое	180,0	5,23	5,77	8,48	105,7
	Итого за 'Полдник'		9,43	9,3	52,07	323,4
	Итого за день		45,98	51,01	215,77	1484
17 день 4 недели						
	Завтрак					
7/4	Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным	200,0	5,01	6,99	32,13	210,2
32/10	Кофейный напиток с молоком	180,0	2,82	2,89	12,95	86,73
2/13	Батон витаминизированный с сыром	30,0	3,76	2,81	13,28	94,1
	Итого за 'Завтрак'		11,59	12,68	58,35	391
	10:00					
-	Сок	100,0	0,5	0,1	10,3	43,24
	Итого за '10:00'		0,5	0,1	10,3	43,24
	Обед					

29/1	Салат из припущенной моркови с растительным маслом	30,0	0,35	1,79	3,28	29,09
2/2	Борщ со сметаной	180,0/5,0	3,88	5,78	8,86	100,2
12/7	Котлета из рыбы	70,0	9,61	1,4	5,61	73,8
6/11	Соус молочный с отрубями (для подачи к блюду)	20,0	0,43	1,04	1,47	16,73
46/3	Макаронные изделия отварные	110,0	3,89	2,18	25,01	134,9
37/10	Напиток из шиповника	180,0	0,21	0,09	13,14	50,16
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	20,0	1,32	0,13	9,38	44,78
	Итого за 'Обед'		21,01	12,66	75,1	488,3
	Полдник					
6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	80,0	5,1	4,64	6,98	89,7
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
-	Хлеб пшеничный	20,0	1,32	0,13	9,38	44,78
	Итого за 'Полдник'		6,49	4,79	25,22	168,5
	Итого за день		39,6	30,24	168,97	1091
18 день 4 недели						
	Завтрак					
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	200,0	6,53	5,97	32,55	208,4
30/10	Чай с молоком	180,0	2,63	2,84	13	85,68
2/13	Батон витаминизированный с сыром	30,0	3,76	2,81	13,28	94,1
	Итого за 'Завтрак'		12,93	11,61	58,82	388,2
	10:00					
-	Сок	100,0	0,5	0,1	10,3	43,24
	Итого за '10:00'		0,5	0,1	10,3	43,24

	Обед						
41/1	Салат из отварного картофеля с марин. огурцом, репчатым луком и растительным маслом	30,0	0,42	1,84	3,11	30,29	
11/2	Рассольник ленинградский со сметаной	180,0/5,0	4,11	5,9	13,08	120,1	
32/8	Колбаска витаминная	70,0	8,71	7,52	3,08	114,8	
	Соус томатный	20,0	0,18	0,67	1,19	11,32	
39/3	Каша гречневая рассыпчатая	120,0	5,26	1,38	27,58	136,7	
6/10	Компот из сухофруктов	180,0	0,92	0,05	20,86	78,84	
-	Хлеб ржаной	25,0	1,65	0,3	10,43	48,35	
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98	
	Итого за 'Обед'		22,9	17,82	91,04	596,4	
	Полдник						
14/12	Булочка дорожная	70,0	5,42	7,86	38,65	245,2	
36/10	Какао с молоком	180,0	3,28	3,01	21,69	121,3	
	Итого за 'Полдник'		8,7	10,87	60,33	366,5	
	Итого за день		45,03	40,4	220,49	1394	
19 день 4 недели							
	Завтрак						
24/2	Суп молочный с лапшой	200,0	5,29	5,96	16,02	137,7	
36/10	Какао с молоком	180,0	3,28	3,01	21,69	121,3	
1/13	Батон витаминизированный с маслом	30,0	2,03	4,53	14,82	108,4	
	Итого за 'Завтрак'		10,59	13,5	52,52	367,4	
	10:00						
-	Дюлоки	100,0	0,4	0,4	11,6	48,68	
	Итого за '10:00'		0,4	0,4	11,6	48,68	
	Обед						

40/1	Салат из отварной свеклы с сыром и растительным маслом	30,0	0,78	2,18	2,56	31,53
14/2	Суп картофельный с крупной	180,0/2,9/5,	8,74	6,32	19,37	168
53/8	Запеканка картофельная, фаршированная печенью	180,0	12,01	6,14	26,31	206,8
1/11	Соус молочный (для подачи к блюду)	20,0	0,4	1,04	1,36	16,24
6/10	Компот из сухофруктов	180,0	0,92	0,05	20,86	78,84
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98
	Итого за 'Обед'		25,82	16,13	90,52	596
	Полдник					
8/12	Сдоба обыкновенная	70,0	6,26	4,6	39,41	222,9
30/10	Чай с молоком	180,0	2,63	2,84	13	85,68
	Итого за 'Полдник'		8,89	7,44	52,41	308,6
	Итого за день		45,71	37,47	207,06	1321

20 день 4 недели

	Завтрак					
11/4	Каша пшениная молочная с маслом сливочным	200,0	6,54	6,6	32,56	214,3
27/10	Чай	180,0	0,07	0,02	8,85	34,02
2/13	Батон витаминизированный с сыром	25,0	1,72	0,77	15,05	73,74
	Итого за 'Завтрак'		8,33	7,39	56,46	322
	Обед					
8/1	Салат из белокочанной капусты с огурцами и растительным маслом	30,0	0,4	1,79	1,53	22,9
6/2	Пи из свежей капусты со сметаной	180,0/5,0	3,68	4,23	6,46	76,44

5/9	Пшеница из птицы	70,0	10,38	8,71	6,5	146,1
3/3	Картофельное пюре	120,0	2,49	2,93	17,66	106,1
3/10	Напиток из апельсина	180,0	0,12	0,03	11,11	42,94
-	Хлеб ржаной	20,0	1,32	0,24	8,34	38,68
-	Хлеб пшеничный	25,0	1,65	0,16	11,73	55,98
	Итого за 'Обед'		20,03	18,08	63,33	489,1
	Полдник					
8/5	Сырник	70,0	11,83	6,72	9,4	146,5
30/10	Чай с молоком	180,0	2,63	2,84	13	85,68
-	Повидло яблочное	10,0	0,04	0	6,6	25,15
	Итого за 'Полдник'		14,5	9,56	29	257,3
	Итого за день		42,87	35,04	148,79	1068