

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № 127"

  
подпись

  
расшифровка

"31"



2023 год

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МУП "Комбинат питания г.Дзержинска"



Кузнецов О.В.



2023 год

### ПРИМЕРНОЕ 10 - ДНЕВНОЕ МЕНЮ

для организации питания детей в возрасте от 1 до 3 лет, посещающих группы общеразвивающей направленности

МБДОУ "Детский сад № 2", МБДОУ "Детский сад № 8", МБДОУ "Детский сад № 9", МБДОУ "Детский сад № 10",  
МБДОУ "Детский сад № 14", МБДОУ "Детский сад № 16", МБДОУ "Детский сад № 17", МБДОУ "Детский сад № 20",  
МБДОУ "Детский сад № 21", МБДОУ "Детский сад № 23", МБДОУ "Детский сад № 25", МБДОУ "Детский сад № 26",  
МБДОУ "Детский сад № 28", МБДОУ "Детский сад № 37", МБДОУ "Детский сад № 39", МБДОУ "Детский сад № 44",  
МБДОУ "Детский сад № 50", МБДОУ "Детский сад № 57", МБДОУ "Детский сад № 58", МБДОУ "Детский сад № 61",  
МБДОУ "Детский сад № 62", МБДОУ "Детский сад № 63", МБДОУ "Детский сад № 65", МБДОУ "Детский сад № 69",  
МБДОУ "Детский сад № 80", МБДОУ "Детский сад № 82", МБДОУ "Детский сад № 85", МБДОУ "Детский сад № 87",  
МБДОУ "Детский сад № 89", МБДОУ "Детский сад № 90", МБДОУ "Детский сад № 95", МБДОУ "Детский сад № 97",  
МБДОУ "Детский сад № 99", МБДОУ "Детский сад № 100", МБДОУ "Детский сад № 101", МБДОУ "Детский сад № 102",  
МБДОУ "Детский сад № 103", МБДОУ "Детский сад № 105", МБДОУ "Детский сад № 108", МБДОУ "Детский сад № 109",  
МБДОУ "Детский сад № 110", МБДОУ "Детский сад № 111", МБДОУ "Детский сад № 116", МБДОУ "Детский сад № 117",  
МБДОУ "Детский сад № 120", МБДОУ "Детский сад № 124", МБДОУ "Детский сад № 125", МБДОУ "Детский сад № 126",  
МБДОУ "Детский сад № 127", МБДОУ "Детский сад № 128", МБДОУ "Детский сад № 130", МБДОУ "Детский сад № 131",  
МБДОУ "Детский сад № 132", МБДОУ "Детский сад № 133", МБДОУ "Детский сад № 134", МБДОУ "Детский сад № 135",  
МБДОУ "Детский сад № 137", МБДОУ "Детский сад № 139", МБДОУ "Детский сад № 140", МБДОУ "Детский сад № 141",  
МБДОУ "Детский сад № 142", МБДОУ "Детский сад № 143", МБДОУ "Детский сад № 145", МБДОУ "Детский сад № 146",  
МБДОУ "Детский сад № 147"

Меню разработано на основе Сборника рецептур на  
продукцию для питания детей в дошкольных  
образовательных организациях 2016г.

**Примерное 10-ти дневное меню для детей от 1 до 3 лет (обширазвивающей направленности)**

**ПЕРВЫЙ ДЕНЬ (Понедельник)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№6	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00
Пр.пр.	Печенье	20	1,52	3,10	12,72	85,65
№182	Каша пшеничная молочная	150	5,97	8,91	23,46	197,35
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>345</b>	<b>10,22</b>	<b>17,92</b>	<b>49,85</b>	<b>401,80</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок фруктовый фасованный	200	0,00	0,00	22,40	89,60
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>89,60</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Морковь свежая (термообработанная) порционно	40	0,50	0,04	4,66	21,00
№73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной	150 7	1,28	3,67	5,57	60,37
№303	Тефтели мясные в соусе	60 30	9,50	8,54	11,18	165,00
№334	Рис отварной с овощами	120	2,70	3,90	25,00	126,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>587</b>	<b>16,32</b>	<b>16,48</b>	<b>74,01</b>	<b>495,97</b>
<b>Полдник</b>						
№249	Пудинг из творога, сгущенное молоко	130 15	19,68	13,98	31,63	331,90
№413	Чай с молоком	150	2,22	1,95	11,90	74,20
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>315</b>	<b>23,50</b>	<b>16,33</b>	<b>54,93</b>	<b>462,10</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1447</b>	<b>50,04</b>	<b>50,73</b>	<b>201,19</b>	<b>1449,47</b>

**ВТОРОЙ ДЕНЬ (ВТОРНИК)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№227	Яйцо вареное С-2 (1/2 шт.)	20	2,54	2,30	0,14	31,50
№182	Каша «Дружба»	150	5,32	8,64	23,34	191,72
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>11,36</b>	<b>13,94</b>	<b>38,08</b>	<b>324,22</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	4,33	46,60
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>4,33</b>	<b>46,60</b>
<b>Обед</b>						
№57	Икра кабачковая консервированная	40	0,64	2,52	2,96	36,32
№95	Суп с рыбными консервами	15 150	5,60	5,50	9,40	110,30
№309	Макаронник с мясом (сердце), с маслом	140 5	15,60	10,25	29,16	272,12
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>550</b>	<b>25,78</b>	<b>19,00</b>	<b>80,52</b>	<b>598,34</b>
<b>Полдник</b>						
ТТК	Булочка домашняя	70	4,69	8,82	38,78	253,40
№167	Запеканка морковная, с маслом сливочным	100 5	3,86	8,25	20,53	172,00
№419	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>345</b>	<b>14,73</b>	<b>21,55</b>	<b>78,29</b>	<b>566,40</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1335</b>	<b>52,27</b>	<b>54,89</b>	<b>201,22</b>	<b>1535,56</b>

**ТРЕТИЙ ДЕНЬ (СРЕДА)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№3	Бутерброд с маслом и сыром	10 5 25	4,34	6,78	12,10	127,00
№229	Омлет натуральный с маслом	150 5	10,60	17,50	2,00	208,00
№413	Чай с молоком	170	2,53	2,21	13,52	84,15
	<b>Итого:</b>	<b>365</b>	<b>17,47</b>	<b>26,49</b>	<b>27,62</b>	<b>419,15</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок фруктовый фасованный	200	0,00	0,00	22,40	89,60
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>89,60</b>
<b>Обед</b>						
ГК	Свекла отварная порционно	40	0,64	0,03	3,40	17,20
№88	Суп картофельный с макаронными изделиями с мясом	8 150	2,29	2,46	14,00	85,20
№321	Плов из птицы	150	15,12	5,81	26,76	226,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>528</b>	<b>20,39</b>	<b>8,63</b>	<b>71,76</b>	<b>452,00</b>
<b>Полдник</b>						
№277	Тефтели рыбные тушеные со сметанным соусом *	60 15	7,71	3,14	9,16	96,00
ГК	Овощи тушеные	120	3,00	4,11	11,70	100,80
№417	Напиток из плодов шиповника	150	0,50	0,23	18,30	77,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>365</b>	<b>12,81</b>	<b>7,88</b>	<b>50,56</b>	<b>329,80</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1458</b>	<b>50,67</b>	<b>43,00</b>	<b>172,34</b>	<b>1290,55</b>

**ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№1	Бутерброд с маслом	5 25	2,02	3,83	12,10	91,00
№199	Каша гречневая на молоке	150	5,94	8,85	21,34	188,06
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>10,65</b>	<b>14,96</b>	<b>47,04</b>	<b>364,86</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	4,33	46,60
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>4,33</b>	<b>46,60</b>
<b>Обед</b>						
ГК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№69	Борщ с фасолью и картофелем на мясном бульоне со сметаной	150 7	2,12	3,06	8,71	71,40
477	Суфле из мяса	60	15,20	5,82	2,10	124,00
№340	Пюре картофельное с морковью	120	2,29	3,70	14,42	100,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>557</b>	<b>22,55</b>	<b>15,47</b>	<b>56,63</b>	<b>459,20</b>
<b>Полдник</b>						
№169	Запеканка овощная с маслом	150 3	4,48	6,20	11,50	152,60
№412	Чай с сахаром и лимоном	150 5	0,20	0,00	11,40	46,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>328</b>	<b>6,28</b>	<b>6,60</b>	<b>34,30</b>	<b>254,60</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1335</b>	<b>39,88</b>	<b>37,43</b>	<b>142,30</b>	<b>1125,26</b>

**ПЯТЫЙ ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№227	Яйцо вареное С-2 (1/2 шт.)	20	2,54	2,30	0,14	31,50
№100	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,28	8,51	20,36	178,01
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>11,32</b>	<b>13,81</b>	<b>35,10</b>	<b>310,51</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок фруктовый фасованный	200	0,00	0,00	22,40	89,60
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>89,60</b>
<b>Обед</b>						
ГК	Морковь отварная порционно	40	3,00	2,90	5,02	50,00
99	Суп из овощей на мясном бульоне со сметаной	150,7	0,95	2,99	5,49	57,00
№292	Жаркое по-домашнему	150	18,30	4,71	16,30	181,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>547</b>	<b>26,19</b>	<b>11,33</b>	<b>65,81</b>	<b>467,60</b>
<b>Полдник</b>						
№263	Рыба, запеченная в омлете	60	10,30	3,56	2,57	84,00
№332	Рис отварной	120	2,92	4,30	29,35	168,00
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>14,88</b>	<b>8,27</b>	<b>54,32</b>	<b>353,00</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1437</b>	<b>52,39</b>	<b>33,41</b>	<b>177,63</b>	<b>1220,71</b>

**ШЕСТОЙ ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№6	Масло сливочное	5	0,04	3,63	0,07	33,00
Пр.пр.	Печенье	20	1,52	3,10	12,72	85,65
№182	Каша овсяная «Геркулес» молочная	150	5,87	9,51	20,16	188,76
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>345</b>	<b>10,12</b>	<b>18,52</b>	<b>46,55</b>	<b>393,21</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок фруктовый фасованный	200	0,00	0,00	22,40	89,60
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>89,60</b>
<b>Обед</b>						
ГК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№86	Суп картофельный с крупой	150	1,18	1,64	8,74	54,45
№305	Фрикадельки мясные в соусе	60,30	8,30	10,60	7,40	159,00
№218	Макаронные изделия отварные	120	4,40	3,80	25,00	152,80
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>580</b>	<b>16,82</b>	<b>18,93</b>	<b>72,54</b>	<b>530,05</b>
<b>Полдник</b>						
№299	Котлеты рубленые из мяса	60	9,32	7,07	9,64	139,00
№179	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,88	4,87	30,91	195,00
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>17,86</b>	<b>12,35</b>	<b>62,95</b>	<b>435,00</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1475</b>	<b>44,80</b>	<b>49,80</b>	<b>204,44</b>	<b>1447,86</b>

**СЕДЬМОЙ ДЕНЬ (ВТОРНИК)**

№ по сборнику рецептур	Наименование блюда	Выход б.пола	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№3	Бутерброд с маслом и сыром	10 5 25	4,34	6,78	12,10	127,00
№182	Каша манная молочная жидкая	150	5,22	8,46	20,35	176,96
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>13,06</b>	<b>18,24</b>	<b>47,05</b>	<b>404,96</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	4,33	46,60
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>4,33</b>	<b>46,60</b>
<b>Обед</b>						
ГТК	Морковь свежая (термообработанная) порционно	40	0,50	0,04	4,66	21,00
№63	Борщ с капустой и картофелем на мясном бульоне со сметаной	150 7	1,45	3,93	10,20	83,00
№308	Запеканка картофельная с отварным мясом (сердце)	150	11,10	8,24	25,50	221,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>527</b>	<b>15,39</b>	<b>12,54</b>	<b>67,96</b>	<b>448,60</b>
<b>Полдник</b>						
№200	Крупеник с маслом	150 5	16,93	12,26	33,52	312,00
№419	Молоко кипяченое	150	4,58	4,08	7,58	85,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>325</b>	<b>23,11</b>	<b>16,74</b>	<b>52,50</b>	<b>453,00</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1312</b>	<b>51,96</b>	<b>47,92</b>	<b>171,84</b>	<b>1353,16</b>

**ВОСЬМОЙ ДЕНЬ (СРЕДА)**

№ по сборнику рецептур	Наименование б.пола	Выход б.пола	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№227	Яйцо вареное С-2 (1-2 шт.)	20	2,54	2,30	0,14	31,50
№182	Каша "Рябчик"	150	4,98	5,66	20,71	152,25
№413	Чай с молоком	170	2,53	2,21	13,52	84,15
	<b>Итого:</b>	<b>340</b>	<b>10,05</b>	<b>10,17</b>	<b>34,37</b>	<b>267,90</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок фруктовый фасованный	200	0,00	0,00	22,40	89,60
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>89,60</b>
<b>Обед</b>						
ГТК	Свекла отварная порционно	40	0,64	0,03	3,40	17,20
№87	Суп картофельный с бобовыми с мясом	8 150	5,69	4,50	9,79	101,48
№322	Котлета рубленая из птицы с маслом сливочным	60 5	8,98	9,25	9,30	157,20
№334	Рис отварной с овощами	120	2,70	3,90	25,00	126,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>563</b>	<b>20,35</b>	<b>18,01</b>	<b>75,09</b>	<b>525,48</b>
<b>Полдник</b>						
Пр.пр.	Вафли	20	0,56	0,66	15,46	71,14
№284	Суфле из рыбы	60	9,70	4,63	2,44	90,00
№350	Овощи тушеные в молочном соусе	120	2,40	4,24	10,64	113,01
№412	Чай с сахаром и лимоном	150 5	0,20	0,00	11,40	46,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>375</b>	<b>14,46</b>	<b>9,93</b>	<b>51,34</b>	<b>376,15</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1478</b>	<b>44,86</b>	<b>38,11</b>	<b>183,20</b>	<b>1259,13</b>

## ДЕВЯТЫЙ ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№1	Бутерброд с маслом	5 25	2,02	3,83	12,10	91,00
№101	Суп молочный с крупой	150	4,72	8,46	20,81	177,26
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>9,43</b>	<b>14,57</b>	<b>46,51</b>	<b>354,06</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№386	Фрукты свежие	100	0,40	0,40	4,33	46,60
	<b>Итого:</b>	<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>4,33</b>	<b>46,60</b>
<b>Обед</b>						
№57	Икра кабачковая консервированная	40	0,64	2,52	2,96	36,32
№83	Суп картофельный с куриными фрикадельками	15 150	3,98	3,11	9,27	81,00
№315	Голубцы ленивые в сметанном соусе	110 40	10,61	6,81	15,04	164,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>535</b>	<b>17,57</b>	<b>12,77</b>	<b>54,87</b>	<b>404,92</b>
<b>Полдник</b>						
ГТК	Суфле творожное, со сгущенным молоком	130 15	21,90	13,00	23,50	303,00
№417	Напиток из плодов шиповника	150	0,50	0,23	18,30	77,00
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>315</b>	<b>24,00</b>	<b>13,63</b>	<b>53,20</b>	<b>436,00</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1300</b>	<b>51,40</b>	<b>41,37</b>	<b>158,91</b>	<b>1241,58</b>

## ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эн. ценность (к/кал.)
<b>Завтрак</b>						
№3	Бутерброд с маслом и сыром	10 5 25	4,34	6,78	12,10	127,00
№182	Каша рисовая молочная	150	4,86	8,48	22,23	183,86
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>12,70</b>	<b>18,26</b>	<b>48,93</b>	<b>411,86</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок фруктовый фасованный	200	0,00	0,00	22,40	89,60
	<b>Итого:</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>22,40</b>	<b>89,60</b>
<b>Обед</b>						
ГТК	Морковь отварная порционно	40	3,00	2,90	5,02	50,00
ГТК	Суп картофельный с яйцом на курином бульоне	10 150	3,08	3,10	8,42	74,05
ГТК	Гуляш из куриного филе	50 50	16,00	11,80	3,30	184,00
№339	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	13,35	110,00
№394	Компот из сушеных фруктов	150	0,24	0,03	14,70	60,60
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>600</b>	<b>26,87</b>	<b>21,97</b>	<b>57,69</b>	<b>541,65</b>
<b>Полдник</b>						
№272	Котлеты рыбные любительские	60	8,25	2,69	6,68	84,00
№354	Капуста тушеная	120	2,48	3,88	11,31	90,00
№413	Чай с молоком	150	2,22	1,95	11,90	74,20
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>14,55</b>	<b>8,92</b>	<b>41,29</b>	<b>304,20</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1510</b>	<b>54,12</b>	<b>49,15</b>	<b>170,31</b>	<b>1347,31</b>
<b>ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:</b>		<b>14087</b>	<b>492,42</b>	<b>445,83</b>	<b>1783,38</b>	<b>13270,59</b>
<b>В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:</b>		<b>1408,7</b>	<b>49,24</b>	<b>44,58</b>	<b>178,34</b>	<b>1327,06</b>