

Муниципальное бюджетное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад №8 Белоглинского района»



Утверждаю:  
заведующий МБДОУ д/с № 8  
Е.А Савченко  
«09» января 2023 г.

## Примерное десятидневное меню

### Осенне – зимний период

### Сад



1-я неделя, 1-й день

№ по сборнику рецептур	Наименование блюда	выход (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углево- ды	ккал	мг
<b>ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ ПЕРВЫЙ ДЕНЬ</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Плов вегетарианский или макароны с сыром	140	6,5	8	2,7	213	0,5
628-1996	Чай с лимоном или Чай	180	0,05	0	9,3	46,47	0,2
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
№1-2002	Масло сливочное	7	0,05	4,1	0,05	38,4	0
<b>Итого</b>		<b>357</b>	<b>9,07</b>	<b>12,49</b>	<b>26,45</b>	<b>375,97</b>	<b>0,7</b>
<b>2-й завтрак</b>	Фрукты	85					
	Сок	150	0,5	0	18,1	56,2	15,6
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
	Рассольник со сметаной	200	5	11,3	32,4	149,6	15,6
	Овощное рагу	150	17,7	22,4	17,1	380,8	26,7
253-2001	Компот из с/ф/Кисель	180	0,24	0	16,99	68,98	1,3
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>590</b>	<b>27,91</b>	<b>34,48</b>	<b>95,29</b>	<b>745,58</b>	<b>43,6</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
123-2001	Оладьи	90	6,76	2,73	34,46	208,1	0
	Соус сладкий	50	1,1	3,8	7,5	72,3	0,07
245-2001	Кофейный напиток	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>320</b>	<b>11,49</b>	<b>10,3</b>	<b>66,5</b>	<b>466,5</b>	<b>1,07</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1502</b>	<b>48,97</b>	<b>57,27</b>	<b>206,34</b>	<b>1644,3</b>	<b>60,97</b>



1-я неделя, 2-й день

№ по сборнику рецептур	Наименование блюда	ВЫХОД (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ВТОРОЙ ДЕНЬ**

<b>ЗАВТРАК</b>							
100-2001	Каша гречневая молочная	180	4,75	6,67	19,11	155,53	1,5
243-2001	Кофейный напиток с молоком или Какао	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
№1-2002	Масло сливочное или Сыр	7	0,05	4,1	0,05	38,4	0
<b>Итого</b>		<b>397</b>	<b>10,9</b>	<b>14,93</b>	<b>58,1</b>	<b>458,13</b>	<b>2,5</b>
<b>2-й завтрак</b>	<b>Сок</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
	<b>Фрукты</b>	<b>85</b>					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
206-2001	Салат овощной	70	1,8	0	4,14	25,94	0,2
35-2001	Борщ со сметаной	180	5	11,3	32,4	149,6	15,6
163-2001	Оладьи из печени	80	22,54	17,33	22,13	434,08	3,03
	Гороховое пюре	110	2,34	3,83	13,61	198,79	2,1
248-2001	Компот/кисель	180	0,1	0	29	116,58	1
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>680</b>	<b>36,75</b>	<b>33,24</b>	<b>130,08</b>	<b>1071,2</b>	<b>21,93</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
154-2001г	Пудинг творожный	100	16,17	5,54	26,5	26,5	14
	Соус сладкий	50	0,13	0	25,5	102,7	0
628-96	Чай или Чай с лимоном	180	0,05	0	9,3	46,47	0,2
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>330</b>	<b>16,35</b>	<b>5,54</b>	<b>61,3</b>	<b>175,67</b>	<b>14,2</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1642</b>	<b>64,5</b>	<b>53,71</b>	<b>267,58</b>	<b>1761,2</b>	<b>54,23</b>



1-я неделя, 3-й день

№ по сборнику рецептур	Наименование блюда	ВЫХОД (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	МГ

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ТРЕТИЙ ДЕНЬ**

<b>ЗАВТРАК</b>							
106-2001	Каша пшённая молочная	180	6,04	7,27	34,29	227,16	1,3
258-2001г	Кофейный напиток	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
№1-2002	масло сливочное или сыр	7	0,03	2,4	0,04	38,4	0
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
<b>Итого</b>		<b>397</b>	<b>12,17</b>	<b>13,83</b>	<b>73,27</b>	<b>529,76</b>	<b>2,3</b>
<b>2-й завтрак</b>	<b>Сок</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
	<b>Фрукты</b>	<b>85</b>					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
34-2001	Суп картофельный	200	3,1	2,9	24	131,1	2,5
	нарезка	30	0,36	0	0,66	4,2	0,1
191-2001г	Плов из мяса птицы	130	37,2	45,33	41,05	458,2	0,24
253-2001г	компот или кисель	180	0,24	0	16,99	68,98	1,3
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>600</b>	<b>45,87</b>	<b>49,01</b>	<b>111,5</b>	<b>808,68</b>	<b>4,14</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Икра свекольная	90	1,9	5,1	14,6	109,3	12,8
	Яйцо вареное	40	2,4	5,6	9,2	62,8	8,3
245-2001г	Чай или чай с лимоном	180	0,05	0	9,3	46,47	0,2
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>310</b>	<b>0,05</b>	<b>0</b>	<b>9,3</b>	<b>46,47</b>	<b>0,2</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1542</b>	<b>58,59</b>	<b>62,84</b>	<b>212,17</b>	<b>1441,1</b>	<b>22,24</b>



1-я неделя, 4-й день

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	выход (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	мг
<b>ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ ЧЕТВЁРТЫЙ ДЕНЬ</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
106-2002	Каша манная молочная	180	5,58	6,05	26,46	192,94	1,2
265-2001	Кофейный напиток	180	0,05	0	9,3	46,47	0,2
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
№3-2002	сыр или с/масло	7	1,7	2,1	0,2	31,8	0,1
<b>Итого</b>		<b>397</b>	<b>9,8</b>	<b>8,54</b>	<b>50,36</b>	<b>349,31</b>	<b>1,5</b>
<b>2-й завтрак</b>	Сок	150	0,5	0	18,1	56,2	15,6
	Фрукты	85					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
75-1996	Салат овощной	70	0,9	1,9	5,45	52,5	5,2
	Подлива	50	1,1	3,8	7,5	72,3	0,07
120-1996	Свекольниксо сметаной	180	1,9	6,66	10,81	111,11	2,3
160-2001	Котлета мясная	60	5,62	5,73	4,22	101,02	21,42
204-2001	Каша с маслом	100	3,68	3,52	23,54	340,2	16
254-2001	Компот или кисель	180	0,24	0	16,99	68,98	1,3
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>700</b>	<b>18,41</b>	<b>22,39</b>	<b>97,31</b>	<b>892,31</b>	<b>46,29</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
243-2001	Чай с лимоном	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	0,7	0,1	7,47	78,1	0
	Рыба тушеная с овощами	100	14,5	8	7,5	160,3	0
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>310</b>	<b>18,83</b>	<b>11,87</b>	<b>39,51</b>	<b>424,5</b>	<b>1</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1642</b>	<b>47,54</b>	<b>42,8</b>	<b>205,28</b>	<b>1722,3</b>	<b>64,39</b>



1-я неделя, 5-й день

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	выход (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	мг

**ПЕРВАЯ НЕДЕЛЯ  
ПЯТЫЙ ДЕНЬ**

<b>ЗАВТРАК</b>							
105-2001	Суп вермишелевый молочный	150	7,2	9	32,9	236,6	1,7
258-2001	Кофейный напиток	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Масло сливочное или сыр	7	0,05	0,1	7,47	38,4	0
<b>Итого</b>		<b>367</b>	<b>13,35</b>	<b>13,26</b>	<b>79,31</b>	<b>539,2</b>	<b>2,7</b>
<b>2-й завтрак</b>	<b>Сок</b>	150	0,5	0	18,1	56,2	15,6
	<b>Фрукты</b>	85					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
115-Азбука	Икра свекольная	120	1,9	5,1	14,6	109,3	12,8
196-1996	Суп гороховый с гречками	180	1,93	5,86	12,59	115	2,1
468-2004	Тефтели	70	21,27	12,41	15,8	259,82	44,6
216-2001	Подлива	50	1,1	3,8	7,5	72,3	0,07
254-2001	компот /Кисель	180	0,24	0	16,99	68,98	1,3
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>660</b>	<b>31,41</b>	<b>27,95</b>	<b>96,28</b>	<b>771,6</b>	<b>60,87</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сладкий пирожок или булочка	60	4,3	8	34,12	345	0,12
245-2001г	Чай, чай с лимоном	180	0,05	0	9,3	46,47	0,2
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>240</b>	<b>4,35</b>	<b>8</b>	<b>43,42</b>	<b>391,47</b>	<b>0,32</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1502</b>	<b>49,61</b>	<b>49,21</b>	<b>237,11</b>	<b>1758,5</b>	<b>79,49</b>



2-я неделя, 1-й день

№ по сборнику рецептур	Наименование блюда	выход (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ПЕРВЫЙ ДЕНЬ**

<b>ЗАВТРАК</b>							
115- Азбука питания	Икра кабачковая	80	2,32	0	4,6	26,2	3,3
№2-2001	Яйцо отварное	40	2,4	5,6	9,2	200,2	8,3
269-2001	Чай с лимоном или Чай	180	0,05	0	9,3	46,47	0,2
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
№3-2002	Сыр или с/масло	7	1,7	2,1	0,2	31,8	0,1
<b>Итого</b>		<b>337</b>	<b>8,94</b>	<b>8,09</b>	<b>37,7</b>	<b>382,77</b>	<b>11,9</b>
<b>2-й завтрак</b>	<b>Сок</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
	<b>Фрукты</b>	<b>85</b>					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
таблица № 24	Нарезка овощная	30	0,36	0	0,66	4,2	0,1
120-2002	Борщ со сметаной	180	5,03	11,3	32,38	149,6	2,3
	Каша с маслом	130	4,5	6,7	32,9	152,6	0
	Мясо тушеное	80	13,8	15,6	5,7	118,1	2,3
247-2001	Компот из с/ф или кисель	180	0,24	0	16,99	68,98	1,3
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>660</b>	<b>28,9</b>	<b>34,38</b>	<b>117,43</b>	<b>639,68</b>	<b>6</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
124-2001	Макароны с маслом	130	3,4	4,9	35,8	195,5	0
245-2001	Кофейный напиток или какао	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>310</b>	<b>7,03</b>	<b>8,67</b>	<b>60,34</b>	<b>381,6</b>	<b>1</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1542</b>	<b>45,37</b>	<b>51,14</b>	<b>233,57</b>	<b>1460,3</b>	<b>34,5</b>



## 2-я неделя, 2-й день

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	выход (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ВТОРОЙ ДЕНЬ**

<b>ЗАВТРАК</b>							
93-2001	Каша "Дружба" молочная	150	6,55	8,33	35,09	241,1	1,5
258-2001	Кофейный напиток	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
№3-2002	сыр или сливочное масло	7	1,7	2,1	0,2	31,8	0,1
<b>Итого</b>		<b>367</b>	<b>14,35</b>	<b>14,59</b>	<b>74,23</b>	<b>537,1</b>	<b>2,6</b>
<b>2-й завтрак</b>	Сок	150	0,5	0	18,1	56,2	15,6
	Фрукты	85					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
35-2001	Суп вермишелевый	200	3,77	8,47	24,28	112	1,72
193-2001	Котлета куриная	70	24,65	28,55	1,6	4,62	25,2
139-2001	Капуста тушеная	140	2,62	3,23	13,45	118	36
253-2001	Компот из с/ф или кисель	180	0,24	0	16,99	68,98	1,3
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>650</b>	<b>36,25</b>	<b>41,03</b>	<b>85,12</b>	<b>449,8</b>	<b>64,22</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
75-1996	Вареники ленивые или с творогом	100	24,26	8,31	39,75	330,81	0,6
628-1996	Чай или чай с лимоном	180	0,05	0	9,3	46,47	0
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>280</b>	<b>24,31</b>	<b>8,31</b>	<b>49,05</b>	<b>377,28</b>	<b>0,6</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1532</b>	<b>75,41</b>	<b>63,93</b>	<b>226,5</b>	<b>1420,4</b>	<b>83,02</b>



## 2-я неделя, 3-й день

№ по сборнику рецептов	Наименование блюда	выход (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	мг

**ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ  
ТРЕТИЙ ДЕНЬ**

<b>ЗАВТРАК</b>							
105-2001г	Каша рисовая молочная	150	6,55	8,33	35,09	241,11	1,5
245-2001г	Кофейный напиток с молоком	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Масло сливочное или сыр	7	0,05	4,1	0,05	38,4	0
<b>Итого</b>		<b>367</b>	<b>12,7</b>	<b>16,59</b>	<b>74,08</b>	<b>543,71</b>	<b>2,5</b>
<b>2-й завтрак</b>	<b>Сок</b>	<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
	<b>Фрукты</b>	<b>85</b>					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
34-2001г	Суп крестьянский	200	2,31	7,74	15,43	187,5	2,5
	Жаркое по домашнему	150	17,8	15,6	15,7	250,1	29,5
253-2001г	компот или кисель	180	0,24	0	16,99	68,98	1,3
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>590</b>	<b>25,32</b>	<b>24,12</b>	<b>76,92</b>	<b>652,78</b>	<b>33,3</b>
245-2001г	Чай с лимоном или Чай	180	0,05	0	9,3	46,47	0,2
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Салат из вареных овощей	100	4,75	6,67	19,11	155,53	1,5
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>310</b>	<b>7,27</b>	<b>7,06</b>	<b>42,81</b>	<b>280,1</b>	<b>1,7</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1417</b>	<b>45,79</b>	<b>47,77</b>	<b>211,91</b>	<b>1532,8</b>	<b>53,1</b>



## 2-я неделя, 4-й день

№ по сборнику рецептур	Наименование блюда	выход (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	мг
<b>ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ ЧЕТВЁРТЫЙ ДЕНЬ</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
145-2001г	Каша пшеничная молочная	150	3,71	0,43	0,37	102,13	0,3
235-2001г	Кофейный напиток	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
265-2001г	Масло сливочное или сыр	7	0,05	4,1	0,05	38,4	0
<b>Итого</b>		<b>367</b>	<b>9,86</b>	<b>8,69</b>	<b>39,36</b>	<b>404,73</b>	<b>1,3</b>
2-й завтрак	Сок	150	0,5	0	18,1	56,2	15,6
	Фрукты	85					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
110-1996	Свекольник со сметаной	180	1,9	6,66	10,81	111,11	2,3
182-2001	Зразы мясные	70	14,7	15,6	10,1	210,2	1,7
	Нарезка	30	0,32	0	0,66	4,2	5,3
	Картофельное пюре	130	3,7	4,9	21,5	151,6	36,2
247-2011	Кисель/компот	180	0,1	0	29	116,58	1
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>650</b>	<b>25,69</b>	<b>27,94</b>	<b>100,87</b>	<b>739,89</b>	<b>46,5</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
243-2001	Омлет	85	5,82	9,02	1,52	110,54	21,3
	Хлеб пшеничный	20	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Чай с лимоном	150	0,05	0	9,3	46,47	0,2
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>255</b>	<b>8,34</b>	<b>9,41</b>	<b>25,22</b>	<b>235,11</b>	<b>21,5</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1507</b>	<b>44,39</b>	<b>46,04</b>	<b>183,55</b>	<b>1435,9</b>	<b>84,9</b>



## 2-я неделя, 5-й день

№ по сборнику рецептур	Наименование блюда	выход (гр)	химический состав				Витамин С
			белки	жиры	углеводы	ккал	мг
<b>ВТОРАЯ НЕДЕЛЯ ПЯТЫЙ ДЕНЬ</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша ячневая молочная	150	7,23	6,67	39,54	246,87	1,2
258-2001	Какао с молоком или кофейный	180	3,63	3,77	24,54	186,1	1
№2-2002	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	14,4	78,1	0
	Масло сливочное или сыр	7	0,05	4,1	0,05	38,4	0
<b>Итого</b>		<b>367</b>	<b>13,38</b>	<b>14,93</b>	<b>78,53</b>	<b>549,47</b>	<b>2,2</b>
<b>2-й завтрак</b>	Сок	150	0,5	0	18,1	56,2	15,6
	Фрукты	85					
<b>ИТОГО за 2-й завтрак</b>		<b>235</b>	<b>0,5</b>	<b>0</b>	<b>18,1</b>	<b>56,2</b>	<b>15,6</b>
<b>ОБЕД</b>							
40-2001	Мясо тушеное	90	13,8	15,6	5,7	118,1	2,3
	Макаронны	130	3,4	4,9	35,8	195,5	0
196-2001	Уха	180	1,9	2,6	14,4	78,6	15,3
637-1997	Нарезка	30	0,83	3,32	3,25	44,58	3
248-2001	Компот или кисель	180	0,24	0	16,99	68,98	1,3
	Хлеб ржаной	30	2,5	0,39	14,4	68,1	0
	Хлеб пшеничный	30	2,47	0,39	1,4	78,1	0
<b>ИТОГО за обед</b>		<b>670</b>	<b>25,14</b>	<b>27,2</b>	<b>91,94</b>	<b>651,96</b>	<b>21,9</b>
<b>ПОЛДНИК</b>							
284-2001	Кондитерское изделие	50	14,7	8,46	34,12	345	0,05
	Чай или чай с лимоном	180	0,05	0	9,3	46,47	0,2
<b>ИТОГО за полдник</b>		<b>230</b>	<b>14,75</b>	<b>8,46</b>	<b>43,42</b>	<b>391,47</b>	<b>0,25</b>
<b>ВСЕГО</b>		<b>1502</b>	<b>53,77</b>	<b>50,59</b>	<b>231,99</b>	<b>1649,1</b>	<b>39,95</b>



ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 332870841203528814747383963499644345735490146184

Владелец Савченко Елена Александровна

Действителен с 17.10.2024 по 17.10.2025