

"СОГЛАСОВАНО"

Заведующий МБДОУ "Детский сад № \_\_\_\_\_"



Подпись \_\_\_\_\_  
Инициалы

2024 год

ПРИМЕРНОЕ 10 - ДНЕВНОЕ МЕНЮ

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

"УТВЕРЖДАЮ"

Директор МУП "Комбинат питания" г. Дзержинска"

Кузнецов О.В.

"30" \_\_\_\_\_ 2024 год

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 № 36", 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 № 114", МБДОУ "Детский сад № 115", МБДОУ "Детский сад № 116", МБДОУ "Детский сад № 117", МБДОУ "Детский сад № 118", 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 № 142", МБДОУ "Детский сад № 143", МБДОУ "Детский сад № 145", МБДОУ "Детский сад № 146", МБДОУ "Детский сад № 147"

Меню разработано на основе Сборника рецептов на  
продумкино для питания детей в дошкольных  
образовательных организациях 2016г.

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

**ПЕРВЫЙ ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	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 для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Морковь свежая (термообработанная) порционно	40	0,50	0,04	4,66	21,00
№95	Суп с рыбными консервами	15/150	5,60	5,50	9,40	110,30
№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
ТТК	Напиток яблочный	150	0,08	0,08	19,80	81,00
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>595</b>	<b>20,48</b>	<b>18,36</b>	<b>82,94</b>	<b>566,30</b>
<b>Полдник</b>						
№437	Пирог с картофелем и луком	60	3,91	4,70	23,75	153,00
№354	Капуста тушеная	120	2,48	3,88	11,31	90,00
ТТК	Кисель витаминизированный (из концентрата)	150	0,00	0,00	13,50	46,50
	<b>Итого:</b>	<b>330</b>	<b>6,39</b>	<b>8,58</b>	<b>48,56</b>	<b>289,50</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1395</b>	<b>37,19</b>	<b>44,86</b>	<b>195,85</b>	<b>1313,85</b>

**ВТОРОЙ ДЕНЬ (ВТОРНИК)**

№ 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
№ 227	Яйцо вареное	30	3,18	2,88	0,18	39,38
№182	Каша кукурузная молочная	150	4,67	4,86	20,94	146,00
№416	Какао с молоком	170	3,50	3,00	14,60	101,00
	<b>Итого:</b>	<b>410</b>	<b>13,37</b>	<b>14,57</b>	<b>47,82</b>	<b>377,38</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>						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№73	Щи из свежей капусты с картофелем и сметаной на бульоне	150/7	1,28	3,67	5,57	60,37
№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>542</b>	<b>21,42</b>	<b>17,21</b>	<b>77,53</b>	<b>552,29</b>
<b>Полдник</b>						
ТТК	Булочка с сыром	70	5,30	9,20	38,10	253,10
№362	Рагу овощное	120	2,82	5,34	9,90	103,20
№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>360</b>	<b>14,30</b>	<b>19,02</b>	<b>66,98</b>	<b>497,30</b>

	<b>ВСЕГО</b>	<b>1412</b>	<b>49,49</b>	<b>51,20</b>	<b>196,66</b>	<b>1473,57</b>
--	--------------	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------

**ТРЕТИЙ ДЕНЬ (СРЕДА)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества				Эн. ценность (к/кал)
			Белки	Жиры	Углеводы		
<b>Завтрак</b>							
№3	Бутерброд с маслом и сыром	10/5/25	4,34	6,78	12,10	127,00	
№182	Каша «Дружба»	150	5,32	8,64	23,34	191,72	
№413	Чай с молоком	170	2,53	2,21	13,52	84,15	
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>12,19</b>	<b>17,63</b>	<b>48,96</b>	<b>402,87</b>	
<b>Второй завтрак</b>							
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25	
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>	
<b>Обед</b>							
ТТК	Свекла отварная порционно	40	0,64	0,03	3,40	17,20	
№86	Суп картофельный с крупой на мясо-костном бульоне	150	1,18	1,64	8,74	54,45	
ТТК	Мясо, тушенное с капустой	150	16,50	8,01	13,50	218,59	
№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>520</b>	<b>20,66</b>	<b>10,01</b>	<b>53,24</b>	<b>413,84</b>	
<b>Полдник</b>							
№277	Тефтели рыбные тушеные со сметанным соусом	60/15	7,71	3,14	9,16	96,00	
№339	Пюре картофельное	120	2,45	3,84	13,35	110,00	
№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>365</b>	<b>12,26</b>	<b>7,61</b>	<b>52,21</b>	<b>339,00</b>	
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1370</b>	<b>45,21</b>	<b>35,25</b>	<b>168,91</b>	<b>1211,96</b>	

**ЧЕТВЕРТЫЙ ДЕНЬ (ЧЕТВЕРГ)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества				Эн. ценность (к/кал)
			Белки	Жиры	Углеводы		
<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>							
№55	Икра морковная	40	1,70	3,20	4,04	52,00	
№69	Борщ с фасолью и картофелем на курином бульоне со сметаной	150/7	2,12	3,06	8,71	71,40	
№327	Суфле куриное	60	9,88	10,40	1,84	140,00	
№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>557</b>	<b>20,44</b>	<b>20,79</b>	<b>67,19</b>	<b>539,80</b>	
<b>Полдник</b>							
№243	Запеканка из творога с морковью, сгущенное молоко	130/15	19,78	12,60	21,10	288,70	
		150	0,06	0,01	11,00	45,00	
№411	Чай с сахаром	20	1,60	0,40	11,40	56,00	
Пр.пр.	Батон пшеничный						
	<b>Итого:</b>	<b>315</b>	<b>21,44</b>	<b>13,01</b>	<b>43,50</b>	<b>389,70</b>	

<b>ВСЕГО</b>		<b>1322</b>	<b>52,93</b>	<b>49,16</b>	<b>162,06</b>	<b>1340,96</b>
--------------	--	-------------	--------------	--------------	---------------	----------------

**ПЯТЫЙ ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эп. 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
№411	Чай с сахаром	170	0,06	0,01	13,00	51,00
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>6,80</b>	<b>12,30</b>	<b>45,91</b>	<b>319,26</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20

№88	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	150	3,90	2,80	20,00	121,00
№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.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>520</b>	<b>25,14</b>	<b>10,40</b>	<b>67,70</b>	<b>465,80</b>

**Полдник**

№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
ТТК	Чай с шиповником	150	0,23	0,02	13,05	50,25
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>15,05</b>	<b>8,28</b>	<b>56,37</b>	<b>358,25</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1345</b>	<b>47,09</b>	<b>30,98</b>	<b>184,48</b>	<b>1199,56</b>

**ШЕСТОЙ ДЕНЬ (ПОНЕДЕЛЬНИК)**

№ по сборнику рецептов	Наименование блюд	Выход блюда	Пищевые вещества			
			Белки	Жиры	Углеводы	Эп. 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 для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
№55	Икра морковная	40	1,70	3,20	4,04	52,00
№99	Суп из овощей со сметаной	150/7	0,95	2,99	5,49	57,00
№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
ТТК	Напиток яблочный	150	0,08	0,08	19,80	81,00
Пр.пр.	Хлеб ржаной	30	2,10	0,30	12,90	63,00
	<b>Итого:</b>	<b>587</b>	<b>17,53</b>	<b>20,97</b>	<b>74,63</b>	<b>564,80</b>
<b>Полдник</b>						
№437	Пирог печеный с капустой и яйцом	60	3,70	3,20	21,40	130,00
ТТК	Картофель тушеный	120	3,90	7,80	14,30	137,00
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
	<b>Итого:</b>	<b>330</b>	<b>7,66</b>	<b>11,01</b>	<b>46,70</b>	<b>312,00</b>
		<b>1327</b>	<b>25,41</b>	<b>50,50</b>	<b>187,38</b>	<b>1326,26</b>

СЕДЬМОЙ ДЕНЬ (ВТОРНИК)						
№ 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
№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>						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
№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>15,49</b>	<b>15,06</b>	<b>67,10</b>	<b>467,80</b>
<b>Полдник</b>						
№226	Лапшевник с творогом, со сгущенным молоком	150\15	14,30	12,90	32,70	304,60
№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>335</b>	<b>20,48</b>	<b>17,38</b>	<b>51,68</b>	<b>445,60</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1322</b>	<b>49,43</b>	<b>51,08</b>	<b>170,16</b>	<b>1364,96</b>
<b>ВОСЬМОЙ ДЕНЬ (СРЕДА)</b>						
№ 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
№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>350</b>	<b>9,53</b>	<b>11,70</b>	<b>46,33</b>	<b>327,40</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Свекла отварная порционно	40	0,64	0,03	3,40	17,20
№87	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	150	3,29	3,16	9,79	81,00
№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>555</b>	<b>17,95</b>	<b>16,67</b>	<b>75,09</b>	<b>505,00</b>
<b>Полдник</b>						
№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
№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>13,76</b>	<b>9,28</b>	<b>35,48</b>	<b>304,01</b>
		<b>1320</b>	<b>49,24</b>	<b>57,65</b>	<b>171,10</b>	<b>1197,66</b>

## ДЕВЯТЫЙ 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
№100	Суп молочный с макаронными изделиями	150	5,28	8,51	20,36	178,01
№414	Кофейный напиток с молоком	170	2,69	2,28	13,60	85,80
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>9,99</b>	<b>14,62</b>	<b>46,06</b>	<b>354,81</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>						
ТТК	Морковь свежая (термообработанная) порционно	40	0,50	0,04	4,66	21,00
№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>17,43</b>	<b>10,29</b>	<b>56,57</b>	<b>389,60</b>
<b>Полдник</b>						
ТТК	Запеканка из творога с яблоками, сгущенное молоко	130/15	17,90	11,30	19,80	275,00
№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>20,00</b>	<b>11,93</b>	<b>49,50</b>	<b>408,00</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1300</b>	<b>47,82</b>	<b>37,24</b>	<b>156,46</b>	<b>1199,01</b>

## ДЕСЯТЫЙ ДЕНЬ (ПЯТНИЦА)

№ 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
№182	Каша рисовая молочная	150	4,86	8,48	22,23	183,86
№411	Чай с сахаром	150	0,06	0,01	11,00	45,00
	<b>Итого:</b>	<b>360</b>	<b>9,26</b>	<b>15,27</b>	<b>45,33</b>	<b>355,86</b>
<b>Второй завтрак</b>						
№418	Сок для раннего возраста фасованный	125	0,10	0,00	14,50	56,25
	<b>Итого:</b>	<b>125</b>	<b>0,10</b>	<b>0,00</b>	<b>14,50</b>	<b>56,25</b>
<b>Обед</b>						
ТТК	Закуска из отварных овощей	40	0,60	2,56	3,80	40,20
ТТК	Суп картофельный с яйцом на курином бульоне	15/150	3,18	3,20	8,70	76,37
ТТК	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>605</b>	<b>24,57</b>	<b>21,73</b>	<b>56,75</b>	<b>534,17</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
ТТК	Кисель витаминизированный (из концентрата)	150	0,00	0,00	13,50	46,50
Пр.пр.	Батон пшеничный	20	1,60	0,40	11,40	56,00
	<b>Итого:</b>	<b>350</b>	<b>12,33</b>	<b>6,97</b>	<b>42,89</b>	<b>276,50</b>
	<b>ВСЕГО</b>	<b>1440,00</b>	<b>46,26</b>	<b>43,97</b>	<b>159,47</b>	<b>1222,78</b>
<b>ИТОГО ЗА 10 ДНЕЙ:</b>		<b>13673,00</b>	<b>452,19</b>	<b>431,91</b>	<b>1747,83</b>	<b>12845,57</b>
<b>В СРЕДНЕМ ЗА 1 ДЕНЬ:</b>		<b>1367,3</b>	<b>45,22</b>	<b>43,19</b>	<b>174,78</b>	<b>1284,56</b>