Согласованно: Завхозом МДОУ «Детский сад с. Успенка» Долбилина Н.А.

«Нетский сад с. Успенка» Орган Башинова Е.В./ Приказ № от пр. Утверждаю: Заведующий МДОУ

Примерное десятидневное меню МДОУ «Детский сад с. Успенка Пугачевского района Саратовской области» (9 часовой режим)

		Выход	Пище	Пищевые вещества (гр.)	ва (гр.)	Энергетическая	Витамин С	№ репентуры
Присм пици	паименование олюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)		
				День 1				
	Макароны отварные с маслом и сахаром	150	6'\$	8,11	31,29	229,76	0	№49
	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	Ne 113
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0	Ne13
	Масло сливочное	5	0,03	3,62	80,0	33	0,045	Ne11
	Cor nominanturi	100	96.0	0	17.15	89	3,7	№ 34
Второй завтрак		25	9,7	3,1	52,6	59	0	Ne21
	Борщ на м/к бульоне	180	1,55	1,87	9,33	2,99	6,97	Ŋ <u>ē</u> 7
	Жаркое по-дамашнему	150	19,02	17,23	20,05	322,6	9,2	Ne51
Obed	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,01	24,37	96,76	0,28	Nº40
	Хлеб ржаной	50	3,05	96'0	18,95	96,48	0	Ne14
	Хлеб пшеничный	40	3,05	96'0	18,95	96,48	0	Ne13
1	Булочка сладкая	08	6,79	91'6	41,7	295,75	0,03	N <u>e</u> 9
Полоник	Какао	180	6,2	6,2	25,34	181,18	2,34	Ne22
Итого за первый день	день		70,39	54,96	286,36	1663,09		

Пытамун	пот деневания	Выход	Пище	щевые вещества (гр.)	ва (гр.)	Энергетическая	Витамин С	№ репептуры
присм пищи	паименование опгода	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)		
		34		День 2				
	Каша молочная "Дружба"	150	6,21	7,73	27,4	201	1,95	Ne2
Завтрак	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	Ne113
	Хлеб пшеничный	30	1,84	0,64	12,55	64,32	0	№13
	Масло сливочное	5	2,34	7,76	1453	139,1	0	N <u>©</u> 11
Второй завтрак	Сок натуральный	100	0,95	0	17,15	89	3,7	Ne34
	Суп картофельный на м/к бульоне	180	2,13	2,7	12,01	5,701	6	N <u>s</u> 89
	Каша пшеничная	120/130	8,55	7,23	41,17	270,5	0	Ne28
Obed	Гуляш	02/09	8,31	8,15	2,62	125	0,82	Ne51
	Компот из сухофруктов	180	0,31	10,0	24,37	96,76	0,28	№40
	Хлеб ржаной	90	3,25	5,0	20,5	138,8	0	№14
	Хлеб пшеничный	50	3,05	96'0	18,95	96,48	0	№13
77.	Пирожок с капустой	80/25	6,25	14,09	2,29	172,89	0	
MOHOMAK	Чай с молоком	180	3,12	3,22	18,7	113,06	99,0	Ne114
Итого за второй день	день		58,31	56,09	1664,71	1646,47		

	Наименование блона	Выход	Пище	Пищевые вещества (гр.)	гва (гр.)	Энергетическая	Dymorrow	M.
*	анмонование олюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	Битамин С	ме рецептуры
	ie.			День 3				
Ka	Каша молочная манная	150	5,86	9,95	26,8	221,38	6,0	Ne34
Ча	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	№113
Завтрак	Хлеб пшеничный	30	2,34	7,76	14,53	139,1	0	Ne3
M	Масло сливочное	5	0,04	3,62	0,08	33	0,045	Ne11
Второй завтрак Со	Сок натуральный	100	26'0	0	17,15	89	3,7	Ne34
Ś	Суп рыбный	180	24,64	2,66	13,19	194,1	7,3	№95
W	Макароны отварные	120/130	5,9	8,11	31,29	229,76	0	Ne49
Office	Рыба, тушеная с овощами	02/09	11,85	11,44	6,1	158	6'0	Ne374
	Компот из сухофруктов	180	0,031	10,0	24,37	96,76	0,28	Nº40
<u> </u>	Хлеб ржаной	50	3,25	6,0	20,5	138,8	0	Ne14
×	Хлеб пшеничный	50	3,05	96,0	18,95	96,48	0	Ne13
		150	, ,	200	000	C+ CO+	200	
HOJOHUK	і ворожная запеканка	061	13,0	07,6	76,6	183,13	17,0	/ Ior
O	Снежок	120	7,2	5,76	7,56	120,6	0,54	Ne35
Итого за третий день	46		111,06	63,13	200,24	1732,17		

			Пище	Пищевые вещества (гр.)	Ba (rp.)	(-22	
Прием пиши	Наименование блюла	Выход			(.A.)	Энергетическая	Burayum C	No norrorrarrarra
		блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	Dalaman	are peneurypa
				День 4				
	Каша геркулесовая молочная	150	99'9	10,99	22,64	216,4	6,0	No.29
Завтрак	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	Ne113
	Хлеб пшеничный	30	2,34	7,76	14,53	139,1	0	Ne3
	Масло	5	0,04	3,62	80,0	33	0,045	Ne11
Resonati anemanan	Сок натуральный	100	96'0	0	17,15	89	3,7	Ne34
vertures and our	Печенье	25	1,28	3,36	13,7	90,16	0	N620
	Суп с клецками на м/к бульоне	180	5,61	7,05	18,95	196,8	1,36	Ne45
Oñod	Плов с отв мясом	150/180	9,45	5,85	26,88	195,15	0	N988
	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,01	24,37	96,76	0,28	N940
	Хлеб ржаной	50	3,25	5,0	20,5	138,8	0	Ne14
	Хлеб пшеничный	50	3,05	96'0	18,95	96,48	0	Ne13
								17.
Попошии	Блины со сметаной	80	1,9	4,01	16,2	150,8	5,0	
	Кофейный напиток молоч	180	4,8	4,8	24,92	159,56	5,8	Ne45
Итого за четвертый день	ый день		51,64	52,01	232,87	1634,07		

			Пищев	Пищевые вещества (гр.)	ва (гр.)	Эпольетинеская	1	\
	11	Выход				ZHCDI CIRICONA	Витамин С	№ рецептуры
Прием пищи	наименование олюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)		
				День 5				
	Каша писовая мопонная	150	86'9	10,4	25	222,38	6,0	Ne33
	Цай спапкий	180	12	3,1	14	53,06	9	Ne113
Завтрак	Хлеб ппеничний	30	2.34	7,76	14,53	139,1	0	Ne13
	Масло сливочное	S	0,04	3,62	0,08	33	0,045	№11
горой завтрак	Второй завтрак Сок натуральный	100	96'0	0	17,15	89	3,7	Ne34
					000	1715	73.67	NoA6
	Щи на м/к бульоне	180	8,16	3,68	77,6	6,1/1	0.42	Nege Street
	Гопоховое пюре	120/130	46,3	3,5	18,8	170	3,17	CCGN
	Vormera Macuad	02/09	9.84	8.2	7,16	139,13	0,81	Nº65
Opeo	Voterior in covodnouron	180	0,31	0.01	24,37	96,76	0,28	Ne40
	Vied nwauoŭ	50	3.25	0,5	20,5	138,8	0	Ne14
	Хлеб ппеничный	20	3,05	96,0	18,95	96,48	0	Ne13
					07 00	260.40	0	
-	Пирожок с морковью	120	6,83	9,9	29,48	269,48	0	27.11.0
Полдник	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	Net 13
				1	0,0	20 0000		
Итого за пятый день	день		112,05	54,73	213,24	10/0//3		

Прием пиши Наименование блюца Быхон Принем пиши Анименование блюца Быхон Принем пиши Анименование блюца Быхон Тенность (кихал) Энергетическая Витамин С Метород завиной Завинрам Каша тречневая с искаром 150 4,5 6,4 21,9 263 0 Метород завиной Завинрам Капиа тречневая с искаром 180 12 3,1 14 53,06 6 Метород завини Кастом и кодром 180 2,34 7,76 14,53 33 0,045 Метород завини Сок натуральный на кодром предыция 180 2,34 3,75 0,08 3,7 Метород завиной Сут картофельный на кодления 180 2,13 2,7 12,01 10,75 9 Метор завиной Калуста тушения 180 2,13 2,3 2,64 96,4 4,53 118,11 0,56 Net1 Камено в сорженный на код претинины 50 3,25 5,24 96,4 14,5 Net1 Комино в сорженный ко									
Наименование блюда Белки Жиры Углеводы пенность (ккал) Каша тречневая с най слод и стом и сахаром		9	Выход	Пищев	ые вещест	ва (гр.)	Энергетическая	Витамин С	№ рецептуры
Каша гречневая с маслюм и сахаром недхаром	Прием пиши	Наименование блюда	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)		
Каша тречневая с маслюм и сахаром Най сладкам Масло сливочное 150 4,5 6,4 21,9 263 0 N Чай сладкам Масло сливочное 180 12 3,1 14 53,06 6 N Алеб пшеничный 30 2,34 7,76 14,53 139,1 0,09 0 Оси натуральный 100 0,95 0 17,15 68 3,7 D Сун картофельный 25 9,7 3,1 52,6 59 0 D Пряник 25 9,7 3,1 52,6 59 0 D Пряник 25 9,7 3,1 52,6 59 0 D Ми бульоне 60/70 8,85 6,64 4,53 118,11 0,56 D Комлог из сухофруктов 180 2,5 5,38 5,64 96,48 0 Клеб ржаной 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 Кофейный напиток 180					Лень 6				
Кашла гречневал с маслюм и сахаром Най сладкий Тоск натуральный 150 4,5 6,4 21,9 263 0 Най сладкий Масло сливочное 180 12,3 7,76 14,53 139,1 0 0 Алеб пленичный 30 2,34 7,76 14,53 139,1 0 0 Клеб пленичный 30 2,34 7,76 14,53 33 0,045 0 Сок натуральный 100 0,95 0 17,15 68 3,7 0 Сок натуральный 25 9,7 3,1 52,6 59 0 0 Пряник 25 9,7 3,1 52,6 59 0 0 Коривоне 180 2,13 2,7 12,01 107,5 9 1 Комиот из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 96,4 14,5 Клеб ржаной 50 3,05 0,56 18,95 96,48 0 Кофейный ничнок 180					t		***		79eN
м. и сахаром надкий на теахаром надкий на теахаром на теахаром надкий на теахаром на теах		Каша гречневая с	150	4,5	6,4	21,9	263	O.) Delta
Чай сладкий 180 12 3,1 3,1 0,045 D Хлеб пшеничный 30 2,34 7,76 14,53 139,1 0 0 Масло спивочное 5 0,04 3,62 0,08 33 0,045 N Сок натуральный 100 0,95 0 17,15 68 3,7 N Пряник 25 9,7 3,1 52,6 59 0 N Суп картофельный на 180 2,13 2,7 12,01 107,5 9 1 Мк бульоне 60/70 8,85 6,64 4,53 118,11 0,56 1 Комног из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 96,4 14,5 Комног из сухофруктов 50 3,05 0,5 20,5 138,9 0,5 Хлеб ржаной 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 Клеб ржаной 50 3,05 0,96 18,95		маслом и сахаром		ç	1.0	14	53.06	9	№113
Хлеб пшеничный 30 2,34 7,70 14,55 233 0,045 D Масло сливочное 5 0,04 3,62 0,08 33 0,045 D Сок натуральный 100 0,95 0 17,15 68 3,7 D Пряник 25 9,7 3,1 52,6 59 0 D Суп картофельный на притом 25 9,7 3,1 52,6 59 0 D Суп картофельный на притом 60/70 8,85 6,64 4,53 118,11 0,56 D Компот из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 96,76 0,28 Клеб ржаной 50 3,25 0,5 13,95 96,48 0 Клеб пленичный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 Кофейный напиток 180 4,91 4,91 16,2 159,56 5,8 Кофейный напиток 180 4,8 24,92	Sasmoak	Чай сладкий	180	71	1,50	14.52	139.1	0	Ne3
Маслю сливочное 5 0,04 5,02 0,00 17,15 68 3,7 D Сок натуральный ка 100 0,95 0 17,15 68 3,7 D Пряник 25 9,7 3,1 52,6 59 0 D Суп картофельный на 180 2,13 2,7 12,01 107,5 9 D Мк бульоне 60/70 8,85 6,64 4,53 118,11 0,56 D Капуста тушеная 120/130 2,5 5,38 5,64 96,4 14,5 Компот из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 96,76 0,28 Хлеб ржаной 50 3,05 0,5 20,5 138,8 0 Клеб пшеничный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 Клеб пшеничный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 Кофейный напиток 180 4,8 4,8 24,		Хлеб ппеничный	30	2,34	0/,/	14,03	33	0,045	№11
Сок натуральный 100 0,95 0 17,15 68 3,7 D Пряник 25 9,7 3,1 52,6 59 0 D Суп картофельный на 180 2,13 2,7 12,01 107,5 9 D Кульоне 60/70 8,85 6,64 4,53 118,11 0,56 D Калуста тушеная 120/130 2,5 5,38 5,64 96,4 14,5 D Компот из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 96,76 0,28 Хлеб ржаной 50 3,25 0,5 18,95 96,48 0 Хлеб лименичный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 Кофейный напиток 180 4,91 16,2 159,56 5,8 Кофейный напиток 180 4,8 4,8 24,92 159,56 5,8		Масло сливочное	5	0,04	2,07	0,00			
Сок натуральный 100 0,95 0 11,15 52,6 59 0 1 Пряник 25 9,7 3,1 52,6 59 0 <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td></td> <td>4.4.</td> <td>89</td> <td>3.7</td> <td>Ne34</td>						4.4.	89	3.7	Ne34
Сул картофельный на прания 25 9,7 3,1 52,6 59 0 2 Сул картофельный на протофельный на прото		The state of the s	100	0,95	0	11,13	80		1601
сартофельный на ульоне 180 2,13 2,7 12,01 107,5 9 1 ульоне ста тушеная ста тушеная ста тушеная ста тушеная бого та сухофруктов тог из сухофружного тог из сухофруктов тог из сухофру тог из с	Второй завтрак		25	7,6	3,1	52,6	59	D	1 2200
картофельный на тво удавоне вы тво удавоне вы тво удавоне вы тво волов и за тушеная тробот из сухофруктов тво од тробот из сухофру из сухофр								•	76.00
кульоне 60/70 8,85 6,64 4,53 118,11 0,56 N ели 60/70 8,85 6,64 4,53 118,11 0,56 N ста тушеная 120/130 2,5 5,38 5,64 96,4 14,5 пот из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 96,76 0,28 пот из сухофруктов 50 3,25 0,5 20,5 138,8 0 5 пшеничный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 5 пшеничный 80 1,9 4,01 16,2 150,8 0,5 6йный напиток 180 4,8 4,8 24,92 159,56 5,8 6йный напиток 180 4,8 247,38 1579,57 8		Суп картофельный на	180	2,13	2,7	12,01	107,5	מ	705hr
елии 60/70 8,85 0,04 1,55 14,5 ста тушеная 120/130 2,5 5,38 5,64 96,4 14,5 пот из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 96,76 0,28 5 ржаной 50 3,25 0,5 138,8 0 0 5 пшеничный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 5 пшеничный 80 1,9 4,01 16,2 150,8 0,5 ушка сладкая 80 1,9 4,8 24,92 159,56 5,8 ейный напиток 180 4,8 24,92 159,56 5,8 6 5,32 48,98 247,38 1579,57 1		м/к бульоне		200	661	4.53	118,11	95'0	Ne111
ста тушеная 120/130 2,5 5,38 3,04 6,75 6,28 6,28 пот из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 96,76 0,28 5 ржаной 50 3,25 0,5 20,5 138,8 0 5 пшеничный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 7 шка сладкая 80 1,9 4,01 16,2 150,8 0,5 8 шка сладкая 180 4,8 4,8 24,92 159,56 5,8 6йный напиток 180 4,8 24,92 1579,57 5,8		Тефтели	02/09	6,83	1000	5 64	96.4	14,5	Ne23
пот из сухофруктов 180 0,31 0,01 24,37 90,70 3,05 0,55 20,5 138,8 0 0 5 ржаной 50 3,25 0,5 20,5 18,95 96,48 0 0 5 пшеничный 50 1,9 4,01 16,2 150,8 0,5 0,5 ушка сладкая 80 1,9 4,8 24,92 159,56 5,8 ейный напиток 180 4,8 24,92 159,57 5,8	Obad	Капуста тушеная	120/130	2,5	5,38	+0°C	72 30	0.28	Ne40
ржаной 50 3,25 0,5 20,5 158,8 0 5 пшеничный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 5 пшеничный 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 ушка сладкая 80 1,9 4,01 16,2 150,8 0,5 ейный напиток 180 4,8 24,92 159,56 5,8 ейный напиток 56,32 48,98 247,38 1579,57 1579,57	Coco	Vocarrow us covodopoveron	180	0,31	0,01	24,37	20,10	265	No.14
ржанои 50 3,05 0,96 18,95 96,48 0 5 пшеничный 50 3,05 0,96 18,95 0,58 0,5 ушка сладкая 80 1,9 4,8 4,8 24,92 159,56 5,8 ейный напиток 180 4,8 48,98 247,38 1579,57 1579,57		NOMINO IN SECURIOR	05	3.25	5,0	20,5	138,8		N613
ушка сладкая 80 1,9 4,01 16,2 150,8 0,5 ейный напиток 180 4,8 4,8 24,92 159,56 5,8 ейный напиток 56,32 48,98 247,38 1579,57		улео ржаной	20	3.05	96,0	18,95	96,48	0	0.134
ушка сладкая 80 1,9 4,01 16,2 150,8 0,5 ейный напиток 180 4,8 4,8 24,92 159,56 5,8 5,8 56,32 48,98 247,38 1579,57		Хлео пшеничный							
ушка сладкая оо 4,8 4,8 24,92 159,56 5,8 ейный напиток 180 4,8 247,38 1579,57 56,32 48,98 247,38 1579,57			08	1.9	4.01	16,2	150,8	0,5	35.46
ейный напиток 100 т., 56,32 48,98 247,38	Попоник	Витушка спадкая	100	4.8	8.4	24,92	159,56	5,8	CHON
56,32 48,98 247,38	110000	Кофейный напиток	100	26.					
Scient Acient				56.33	48 98	247.38	1579,57		
	Minoso an inecimit	ой день		30,06	aviat.				

пшиш менц	Наименование биона	Выход	Пище	Пищевые вещества (гр.)	ва (гр.)	Энергетическая	Rutawan C	No netterrunti
Thack Induct	паименование опода	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	Dalawan C	ve peach rypar
	÷	:4		День 7				
	Омлет	150	6,28	7,25	2,56	100	0,13	Ne56
6	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	№113
Submigur	Хлеб пшеничный	30	2,34	7,76	14,53	139,1	0	Ne3
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	80,0	33	0,045	№11
Второй завтрак	Второй завтрак Сок натуральный	100	96'0	0	17,15	89	3,7	Ne34
	Суп рыбный	180	24,64	2,66	13,19	194,1	7,3	Ne95
	Каша ячневая	120/130	6,7	11	26	187,04	6'0	
	Рыба, тушеная с овощами	02/09	11,85	11,44	1,9	158	6'0	Ne374
Opeg	Морковь отв с маслом	40/20	1,26	0	3,78	19,6	0,04	
	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,01	24,37	96,76	0,28	Ne40
	Хлеб ржаной	50	3,25	5,0	20,5	138,8	0	Ne14
	Хлеб пшеничный	20	3,05	96'0	18,95	96,48	0	Ne13
Пополиш	Сырники	80/25	96*8	10,15	32,16	398,64	0,43	Ne71
AMMORRA	Какао	180	6,2	6,2	25,34	181,18	2,34	N622
Итого за седьмой день	день		87,83	64,65	214,51	1863,76		

Прием пиши	Наименование блюпа	Выход	Пище	Пищевые вещества (гр.)	ва (гр.)	Энергетическая	Rumanum C	No netterrether
TATION RECEIPED		блюда	Белки	Жары	Углеводы	ценность (ккал)	Dataman	are pentently par
		4		День 8				
	Каша пшенная молочная	150	92'9	10,4	25,87	224,9	6'0	Ne31
Завтрак	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	Me113
	Хлеб пшеничный	30	2,34	92.7	14,53	139,1	0	Ne3
	Масло сливочное	9	0,04	3,62	0,08	33	0,045	№ 11
Resource Section	Сок натуральный	100	0,95	0	17,15	89	3,7	Ne34
vadmone nadama	Пряник	25	9,7	3,1	52,6	59	0	Ne21
	Щи на м/к бульоне	180	8,16	3,68	9,22	171,5	24,67	Ne46
	Гречка отварная	120/130	4,5	6,4	21,9	263	0	Nº67
Okad	Гуляш с отв мясом	02/09	8,31	8,15	2,62	125	0,82	N <u>o</u> 51
0300	Компот из сухофруктов	180	0,31	10,0	24,37	96,76	0,28	Nº40
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	20,5	138,8	0	Ne14
	Хлеб пшеничный	50	3,05	96'0	18,95	96,48	0	Ne13 ·
Попдиш	Булочка домашняя	80	6,79	91'6	41,7	295,75	0,03	№ <u>9</u>
The III	Снежок	180	7,2	5,76	7,56	120,6	0,54	Ne35
Итого за восьмой день	день		73,36	9,79	271,05	1884,95		
						0.000		

		1100						
пшиш мена	. Наименование блюта	Выход	Пище	Пищевые вещества (гр.)	ва (гр.)	Энергетическая	Burranam C	No matternaymen
uhiuii maudri	ramonobanno onoga	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	Dataman	ad function and
	**			День 9				
	Суп молочный с мак.изделиями	150	6,58	6	26,12	187,04	6,0	№10
D. C.	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	Ne113
мидиянс	Хлеб пшеничный	30	2,34	2,76	14,53	139,1	0	№3
	Масло сливочное	S	0,04	3,62	80'0	33	0,045	№11
s	1	001	200		U . T.	0 10 0	Į.	7000
Второи завтрак	Сок натуральный	001	0,95	O	17,13	68,81,8	3,7	No.34
	Печенье	255	1,28	3,36	13,7	90,16	0	Ne20
	Борщ на м/к бульоне	180	1,55	1,87	9,33	2,99	6,97	Ne7
0,600	Картофель тушеный с отв мясом	150/180	3,255	4,68	8,04	252,18	3,135	.Ne76
naen	Компот из сухофруктов	180	0,31	0,01	24,37	96,76	0,28	№40
	Хлеб ржаной	50	3,25	0,5	20,5	138,8	0	№14
	Хлеб пшеничный	50	3,05	96'0	18,95	96,48	0	№13
Поподини	Пирожок с капустой	100	4,5	9	25,2	173,7	0,36	Ne
Valuation	Какао	180	6,2	6,2	25,34	118,18	2,34	No22
Итого за девятый день	й день		45,305	47,06	217,31	#3HA4!		

Thurst mann	Пописанования бизана	Выход	Пище	Пищевые вещества (гр.)	ва (гр.)	Энергетическая	Duranous	Mo morronament
присм пищи	паименование опода	блюда	Белки	Жиры	Углеводы	ценность (ккал)	Битамин С	ме рецептуры
	-	34		День 10				
<u></u>	Каша пшеничная молочная	150	8,55	7,23	41,17	270,5	0	N528
эавтрак	Молоко	180	5,22	4,5	8,64	97,2	2,34	Ne965
	Хлеб пшеничный	30	2,34	7,76	14,53	139,1	0	Ne3
	Масло сливочное	5	0,04	3,62	80,0	33	0,045	Ne11
Второй завтрак Сок натуральный	Сок натуральный	100	96,0	0	17,15	89	3,7	N <u>e</u> 34
	Суп гороховый на м/к бульоне	180	2,21	2,44	1,91	185,8	4,3	Nº88
Obed	Овощное рагу с отв мясом	150/180	3,76	5,1	14,65	122,2	8,4	№64
	Компот из сухофруктов	180	0,31	10,0	24,37	96,76	0,28	№40
	Хлеб ржаной	50	3,25	5'0	20,5	138,8	0	Ne14
	Хлеб пшеничный	20	3,05	96'0	18,95	96,48	0	Ne13
Men	Плюшка сладкая	80	6,1	4,01	16,2	150,8	0	
Managarak	Чай сладкий	180	12	3,1	14	53,06	9	M:13
Итого за десятый день	день		43,58	39,23	206,34	1451,7		
Итого за весь период	b		522,18	427,73	2256,69	14651,22		
Среднее значение за период	период		55,21	42,77	225,67	1465,22		
Содержание белков, за период	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период		522,18	427,73	2256,69	14651,22		