

Утверждаю
Заведующий МБДОУ «Куюк-Ерыксинский детский сад»
Галева Н.М.
2.08.24г.

Примерное десятидневное меню
воспитанников МБДОУ «Куюк-Ерыксинский
детский сад» Мамадышского муниципального
района РТ на 2024-2025 учебный год

день 1	наименование блюда	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак №168	каша вязкая пшеница с маслом	200							
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	крупа пшено		20	20	2,3	0,66	13	69,6	
	сахар		5	5			4,945	18,95	
	соль поваренная йодиров. молоко пастериз. 2,5%		1 150	1 150	4,23 6,555	3,75 8,54	7,09 25,075	78 203,95	1,06
№395	кофейный напиток с молоком	200							
	кофейный напиток		2,4	2,4			0,084		
	сахар		10	10			9,89	37,9	
	молоко пастериз. 2,5%		110	110	3,1	2,75	5,2	57,3	1,95
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/5/6							
	хлеб пшеничный		40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	сыр		6	6	1,56	1,6		21,12	0,16
					5,025	6,25	36,08	151,72	
				16,35	18,52	79,3	481,39		
				14,68	18,52	79,3	481,39		
Z завтрак	сок яблочный	100	100	100	0,5		9,1	38	1,1
обед №54	салат из моркови	55							
	морковь		70	55	0,75	0,055	3,96	18,7	3,6
	сахар		2	2	0	0	1,975	7,58	
					0,75	0,055	5,938	26,28	3,6
№233	суп вермишелевый на кур/б	200							
	мясо курицы		20	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6	
	морковь		10	12	0,156	0,012	0,86	4,08	0,52
	лук репчатый		10	9,8	0,14		0,9	4,018	1,01
	вермишель		15	15	2,6	0,28	17,43	84,3	
	картофель		90	78	1,44	0,288	11,74	57,6	17,3
	масло сливочное		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99	
	масло растительное		3	3			2,997	26,97	
	зелень		2	2			1,16	0,11	0,78
	соль поваренная йодиров.		1	1					
						11,066	6,767	31,136	215,338
№336	капуста тушеная с мясом	200							
	капуста свежая		160	148	2,97	0,165	7,755	44,55	
	масло растительное		3	3			2,997	2,697	
	морковь		10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52
	лук репчатый		10	9,8	0,14		0,9	4,018	1,01
	мясо говядины		45	33,6	8,37	7,2		98,1	
	сметана		5	5	0,145	0,75	0,15	8,03	0,03
	соль поваренная йодиров.		1	1					
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,44	
						11,809	13,605	2,01	184,255
№372	компот из с/ф	200							
	фрукты сушеные		11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3
	сахар		6	6	0	0	5,934	22,74	
					0,3	0	11,324	45,44	36,3
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17	90,5	
					27,225	21,027	67,408	561,813	61,13
уп.лот. №249	молоко кип.	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	
	суфле из рыбы	70							
	рыба горбуша		80	72	15,96	5,32	0,38	111,72	
	яйцо		0,7	0,7	4	3,63	0,223	49,46	
	молоко пастериз. 2,5%		20	20	0,564	0,5	0,946	10,4	0,39
	масло растит.		5	5			4,995	44,95	
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,44	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
	сметана		6	6	0,174	0,9	0,183	9,63	
						20,713	17,825	1,756	248,56
№321	картофельное пюре	100							
	картофель		120	100	2,38	0,48	19,4	95,2	25,92
	молоко пастериз. 2,5%		30	30	0,846	0,75	1,42	15,6	0,52
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,44	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					3,241	3,71	20,844	133,24	26,44
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
					3,44	0,52	18	93,2	
№394	чай с сахаром с молоком	200							
	чай-заварка		0,6	0,6	0	0	0	0	
	сахар		7	7	0	0	6,923	26,53	
	молоко пастериз. 2,5%		55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3
					1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
	фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,3	9,5	42	8,4
	кондит. изделия	10	10	10	2,59	3,5	26,7	149	
					25,905	23,215	41,623	478,93	36,53
	итого				53,13	41,42	109,031	1040,74	97,66
					82,025	71,237	186,854	1710,67	

день 2	наименование блюда	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак	каша манная мол.с маслом	200/5							
№168	крупа манная		20	20	2,1	0,2	13,48	65,6	
	молоко пастериз.2,5%		150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06
	сахар		5	5			4,945	18,95	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					6,355	8,08	25,555	199,95	1,06
	какао напиток с молоком	200							
	какао порошок		1,5	1,5	0,09	0,072	1,0995	5,715	
	сахар		10	10			9,89	37,9	
	молоко пастериз.2,5%		110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,75
					3,19	2,822	16,1895	100,815	1,75
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыр	40/5/6							
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	сыр		6	6	1,56	1,6		21,12	0,16
						5,025	6,25	36,08	151,72
					14,57	17,152	77,8245	452,485	
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	100	0,5		9,1	38	1,1
					0,5		9,1	38	1,1
обед	салат из зел.горошка	55							
	зел.горошек		100	55	2,75	0,11	7,04	40,2	
	масло растит		2	2			1,998	17,98	
	лук репчатый		10	8	0,112		0,72	3,28	
						2,75	2,108	7,04	61,46
	Борщи на кур./б.со сметаной	200							
	свекла		50	45	0,675	0,045	4,05	18,9	4
	капусты белок свеж.		50	45	0,81	0,045	2,13	12,15	18
	картофель		80	64	1,68	0,34	13,692	67,2	14,5
	морковь		10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52
	лук репчатый		10	14	0,196	0	1,26	5,74	1,01
	масло растительное		3	3			2,997	26,97	
	масло сливочное		2	2			1,99	17,98	
	мясо курицы		20	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6	
	сметана		6	6	0,174	0,9	0,183	9,63	
	томатное пюре		2	2	0,1	0,38		1,98	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					8,524	7,09	22,331	187,57	38,03
					11,92	8,8	11,64	173	
	мясные котлеты	70							
	говядина		70	64,2	11,94	10,27		139,96	
	хлеб пшени		10	10	0,86	0,13	4,5	23,3	
	молоко пастериз.2,5%		15	15	0,42	0,38	0,71	7,8	0,39
	сухари		7	7	0,924	0,161	3,92	22,12	
	яйцо		0,2	0,2	1,14	1,04	0,063	14,13	
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
	лук репчатый		10	9	0,196	0	1,26	5,74	1,01
	масло растительное		3	3			2,997	26,97	
					27,415	23,261	22,117	408,45	1,4
	гречнев.каша отв.с маслом	150							
	крупа гречневая		40	40	5,04	1,32	24,3	134	
	масло сливочное		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					5,05	2,97	24,316	148,99	
	соус томатный	35							
	морковь		10	10,3	0,134	0,01	0,74	3,5	
	лук репчатый		10	10,5	0,147		0,945	4,3	
	том.паста		4	4	0,2		0,76	3,96	
	мука		3	3	0,31	0,033	2,07	9,93	
					0,791	0,043	4,515	21,69	
№372	компот из с/ф	200							
	фрукты сушеные		11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3
	сахар		6	6	0	0	5,934	22,74	
					0,3	0	11,324	45,44	36,3
№1	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17	90,5	
					39,48	32,502	56,003	679,17	39,43
15:15	кефир нежирный	100							
	кефир нежирный		100	100	3	0,05	3,8	30	
	сахар		2	2			1,99	7,58	
					3	0,05	5,79	37,58	
№401	хлеб пшеничный		20	20	1,6	0,3	10	49	
					1,6	0,3	10	49	
	пирог и песе луком и яйцом	80							
	мука пшеничная в/с		50	50	5,665	0,605	37,95	182,05	
	сахар		2	2			1,978	7,58	
	молоко пастериз.2,5%		25	25	1,128	1	1,89	20,8	0,65

	масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98	
	яйцо		1	1	5,72	5,18	0,32	70,66	
	ук ржанчатый		10	9	0,126		0,81	3,69	
	дрожжи		1,25	1,25					
	сметана		5	5	0,145	1,35	0,15	8,03	0,03
	соль поваренная йодиров.		1	1					
	масло растит		3	3		2,997		26,97	
	яйцо		0,2	0,2	1,14	1,04	0,063	14,13	
					12,804	14,432	43,13	363,89	0,68
№394	чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка		0,6	0,6	0	0	0	0	
	сахар		7	7	0	0	6,923	26,53	
	молоко пастериз 2,5%		55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3
					1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
	фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,3	9,5	42	
							9,5	502,85	
итого					19,355	16,462	77,943	502,85	
итого:					82,555	69,686	273,5105	1972,185	

день 3	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак	суп молочный вермишелевый	200/5							
	макаронные изделия		20	20	1,56	0,17	10,5	50,55	
	молоко пастериз.2.5%		150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06
	сахар песок		5	5			4,945	18,95	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					5,815	8,05	22,575	184,9	1,06
№395	кофейный напиток с молоком	200							
	кофейный напиток		2,4	2,4			0,084		
	сахар		8	8			7,912	30,32	
	молоко пастериз.2.5%		110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,95
					3,1	2,75	13,196	87,52	1,95
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/5/6							
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	сыр		6	6	1,56	1,6		21,12	0,16
					5,025	6,25	36,08	151,72	
2 завтрак	сок фруктовый		100	100	0,9	0,14	5,67	28	42
					14,84	17,19	77,521	452,14	45,01
обед	салат из свеклы	55							
	свекла		70	55,4	0,83	0,06	4,95	23,27	5,04
	масло растит		2	2		1,998		17,98	
	сахар		1	1			0,989	3,79	
					0,83	2,058	5,939	45,04	5,04

суп картофельный с мясными фрикадельками	200								
картофель		100	95	2,1	0,42	17,11	84	17,28	
морковь		10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
лук репчатый		10	12	0,134	0	0,864	3,94	0,91	
масло растительное		3	3		2,997		26,97		
мясо говядина		50	42,9	8	6,9		93,5		
яйцо		0,1	0,1	0,57	0,52	0,03	7,1		
том шпоре		2	2	0,1	0,38		1,98		
соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
				8,973	11,23	18,94	221,91	18,71	
рыбные котлеты	70								
рыба горбуша		80	76	15,96	5,32	0,38	111,72		
хлеб пшен.		10	10	1,03	0,11	6,9	33,1		
молоко пастериз.2.5%		17	17	0,48	0,43	0,8	8,84	0,22	
яйцо		0,2	0,2	1,14	1,04	0,063	14,13		
масло слив.		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
лук репчатый		10	15,5	0,217	0	1,395	6,36	1,01	
масло растительное		3	3		2,997		26,97		
				18,837	11,547	9,554	216,11	1,23	
перловая каша с маслом	130								
крупа перловая		40	40	3,72	0,44	26,24	128		
масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98		
соль поваренная йодиров.		1	1						

суп картофельный с мясными фрикадельками	200								
картофель		100	95	2,1	0,42	17,11	84	17,28	
морковь		10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
лук репчатый		10	12	0,134	0	0,864	3,94	0,91	
масло растительное		3	3		2,997		26,97		
мясо говядина		50	42,9	8	6,9		93,5		
яйцо		0,1	0,1	0,57	0,52	0,03	7,1		
том шпоре		2	2	0,1	0,38		1,98		
соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
				8,973	11,23	18,94	221,91	18,71	
рыбные котлеты	70								
рыба горбуша		80	76	15,96	5,32	0,38	111,72		
хлеб пшен.		10	10	1,03	0,11	6,9	33,1		
молоко пастериз.2.5%		17	17	0,48	0,43	0,8	8,84	0,22	
яйцо		0,2	0,2	1,14	1,04	0,063	14,13		
масло слив.		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
лук репчатый		10	15,5	0,217	0	1,395	6,36	1,01	
масло растительное		3	3		2,997		26,97		
				18,837	11,547	9,554	216,11	1,23	
перловая каша с маслом	130								
крупа перловая		40	40	3,72	0,44	26,24	128		
масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98		
соль поваренная йодиров.		1	1						

					3,74	3,74	26,272	157,98	
	соус томатный	35							
	морковь		12	10,3	0,134	0,01	0,74	3,5	
	лук репчатый		12	10,5	0,147		0,945	4,3	
	том.паста		4	4	0,2		0,76	3,96	
	мука		3	3	0,31	0,033	2,07	9,93	
					0,791	0,043	4,515	21,69	
№372	компот из с/ф	200							
	фрукты сушёные		11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3
	сахар		6	6	0	0	5,934	22,74	
					0,3	0	11,324	45,44	36,3
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	4,6	17	90,5	
					3,3	4,6	17	90,5	0
	хлеб пшеничный	20	20	20	1,72	0,26	9	46,6	
					1,72	0,26	9	46,6	
					36,771	33,218	93,544	798,67	
уплотн.	молоко кипяч.	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	2
полдник									
	пудинг из творога с рисом смет соусом	120							

творог полужирный		100	100	16,7	9	2	159	0,5
крупа рис		5	5	0,35	0,05	3,535	16,5	
сахар		5	5	0	0	4,945	18,95	
яицо		0,3	0,3	1,71	1,55	0,095	21,2	
масло сливочное		6	6	0,03	4,95	0,048	44,88	
масло растит		3	3		2,997		26,97	
сметана		11	11	0,32	1,65	0,336	17,66	
				19,11	20,197	10,959	305,16	
				19,11	20,197	10,959	305,16	0,5
кисель из плодова ягодного конц.	200							
кисель		20	20	0,15	0	34,7	135	
сахар		5	5		0	4,945	18,95	
				0,15	0	39,645	153,95	
фрукты свежие	100	100	100	0,63	0,14	5,67	28	
кондит. изделие	10	10	10	2,22	3	22,86	127,8	
				0,15	0	39,645	153,95	0
				22,08	22,697	55,334	666,91	2,5
итого				73,691	73,105	226,399	1917,72	47,51

завтрак	каша вязкая геркулесовая с маслом	200								
	крупа геркулес	20	20	2,2	1,24	10,28	61			
	молоко пастериз. 2,5%	150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06		
	сахар	5	5			4,945	18,95			
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4			
	соль поваренная йодиров	1	1							
				6,455	9,12	22,355	195,35	1,06		
	какао напиток с молоком	200								
	какао порошок	1,5	1,5	0,09	0,072	1,0995	5,715			
	сахар	10	10			9,89	37,9			
	молоко пастериз. 2,5%	110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,75		
				3,19	2,822	16,1895	100,815	1,75		
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный	40	40	3,44	0,52	18	93,2			
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4			
	сыр	6	6	1,56	1,6	1,72	21,12	0,16		
				5,025	6,25	16,08	151,72			
				14,67	18,192	46,245	447,885			
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	100	0,5	9,1	38	1,1		
					0,5	9,1	38	1,1		
обед	винегрет овощной	55								
	огурцы консервир	15	12	0,4	0,054	1,03	5,94			
	масло растительн	2	2			1,998	17,98			
	свекла	15	12	0,225	0,115	1,35	6,3			
	картофель	20	15	0,26	0,052	2,12	10,4			
	лук репчатый	11	9	0,112	0,172	0,72	3,28			
№54	морковь	11	9	0,22	0,017	1,26	6,04	3,0		
	соль поварен йодиров	1	1							
				1,217	2,136	6,48	49,94	3,6		
	щи из свеж. капусты на кур.б.со	200								
	картофель	80	74	2,4	0,4	11,8	58	17,3		
	капуста белок	80	63	1,53	0,085	3,995	22,95	18		
	лук репчатый	10	9	0,134	0	0,864	3,94	1,01		
	морковь	10	9	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52		
	масло растительное	3	3			2,997	26,97			
	мясо курицы	20	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6			
	масло сливочное	1	1	0,024	2,18	0,078	19,83			
	хлеб пшеничный	9	9	0,7	0,08	4,5	22,05			
	сметана	6	6	0,196	1,4	0,22	14,42	0,02		
	соль поваренная йодиров	1	1							
				9,873	7,535	22,473	195,18	36,85		
	плов мясной	200								
	мясо говядина	45	33,6	10,4	8,96		122			
	масло сливочное	6	6	0,03	4,95	0,36	44,88			
	морковь	10	23	0,31	0,024	1,728	8,16	0,4		
	лук репчатый	10	12	0,25	0,5	1,64	7,5	1,01		
	крупа рисовая	40	40	2,8	0,4	28,28	132			
	масло растит	3	3	0	2,998	0	26,97			
	соль поваренная йодиров	1	1							
				13,79	17,832	32,008	341,51	1,65		
№372	компот из с/ф	200								
	фрукты сушеные	11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3		
	сахар	6	6	0	0	5,934	22,74			
				0,3	0	11,324	45,44	36,3		
	хлеб пшеничный	20	20	20	1,72	0,26	9	46,6		
					1,72	0,26	9	46,6		
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17	90,5		
					3,3	0,6	17	90,5		
				30,2	28,363	98,285	769,17			
ул. полд.				27,263	25,967	82,805	672,63	74,8		
15.15	кефир нежирный	100	100	100	3	0,05	3,8	30		
	сахар	2	2				1,99	7,8		
№401	ватрушки с повидлой	80								
	мука пшеничная	50	50	6,2	0,66	0,12	200,4			
	сахар	1	1	0	0	0,989	3,79			
	масло сливочное	4	4	0,02	3,3	0,032	29,98			
	яйцо	0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13			
	соль	1	1							
	дрожжи	1,25	1,25							
	повидло	25	25	5,09	1,4	0,42	150	0,9		
	сметана	5	5	0,145	0,25	0,153	8	0,015		
	молоко пастериз. 2,5%	15	15	1,128	1	1,892	20,8	0,65		
	масло растит	3	3		2,997		26,97			
	соль повар йодирован	1	1							
				13,726	13,142	53,669	454,07			
				0	0	0	0			
№394	чай сладкий с молоком	200								
	чай-заварка	0,6	0,6	0	0	0	0			
	сахар	7	7	0	0	0,923	26,53			
	молоко пастериз. 2,5%	55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3		
				1,551	1,38	9,523	55,13	1,3		
	Груша	100	100	100	0,48	0,32	10,97	45,36	5,4	
				64,127	61,447	150,6375	1847,195			

день+А	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак	каша дружба вязкая с маслом	200/5							
	крупа пшено	10	10	10	1.15	0.33	6.58	34.45	
	крупа рис	10	10	10	0.7	0.0099	7.12	32.67	
	молоко пастериз 2,5%	150	150	150	4.23	3.75	7.09	78	1,06
	сахар	5	5	5			4.945	18.95	
	масло сливочное	5	5	5	0.025	4.13	0.04	37.4	
	соль поваренная йодиров	1	1	1					
					6,105	8,2199	25,775	201,47	1,06
№395	кофейный напиток с молоком	200							
	кофейный напиток	2,4	2,4	2,4			0,084		
	сахар	10	10	10			9,89	37,9	
	молоко пастериз 2,5%	110	110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,95
					3,1	2,75	15,174	95,1	1,95
№1	хлеб пшеничный с маслом и	40/5/6							
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	масло сливочное	5	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	сыр	6	6	6	1,56	1,6		21,12	0,16
					5,025	6,25	36,08	151,72	
					14,23	17,2199	77,029	448,29	
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	100	0,5	0	13,7	56	145
					0,5	0	13,7	56	
обед	салат морковный	55							
	морковь	70	55	55	0,75	0,058	4,2	19,72	7,36
	сахар	1	1	1			0,989	3,79	2,41
					0,75	0,058	5,189	23,51	
					0,75	0,058	5,189	23,51	
	суп гороховый на кур.б.	200							
	горох	30	30	30	6,9	0,48	15,24	94,2	
	картофель	90	84	84	2,4	0,4	11,8	58	17,3
	морковь	10	8,6	8,6	0,1118	0,01	0,62	2,92	0,52
	лук репчатый	10	15	15	0,29	0	1,89	8,61	1,01
	масло растит	3	3	3			2,997	26,97	
	мясо курица	20	17,5	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6	
	масло слив	3	3	3	0,015	2,48	0,024	22,4	
	соль поваренная йодиров	1,5	1,5	1,5					
					14,4368	6,747	29,654	235,7	18,83
	жаркое по-томашевскому	200							
	говядина	45	33,6	33,6	9,3	11,2	11,61	109	
	картофель	120	110	110	3	0,6	24,45	120	22,5
	лук репчатый	10	14	14	0,29	0	1,89	8,16	1,01
	масло растительное	4	4	4			3,996	35,96	
	соль поваренная йодиров	1,5	1,5	1,5					
	морковь	10	13	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52
	масло слив	3	3	3	0,015	2,48	0,024	22,4	
					12,774	18,289	38,91	299,94	24,03
№372	компот из с/ф	200							
	фрукты сушеные	11	9,8	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3
	сахар	6	6	6	0	0	5,934	22,74	
					0,3	0	11,324	45,44	36,3
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17	90,5	
					31,5608	25,694	102,077	695,09	
уп.п.по	молоко кнп	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	2
д.ди	закуска творог со стуч.молоком	120							
	творог	100	100	100	16,7	9	2	159	0,5
	мука	5	5	5	0,52	0,05	9,41	16,7	
	сахар	2	2	2			1,978	7,58	
	яйцо	0,4	0,4	0,4	2,29	2,07	0,13	28,3	
	масло сливочное	5	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	сметана	11	11	11	0,32	1,21	0,336	17,66	
	масло растит	4	4	4			1,99	17,98	
	стуч.молоко	15	15	15	1,08	1,275	8,3	48	
	соль поваренная йодиров	1	1	1					
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
					3,44	0,52	18	93,2	
					20,935	19,725	22,294	425,82	0,5
№394	чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка	0,6	0,6	0,6	0	0	0	0	
	сахар	7	7	7	0	0	6,923	26,53	
	молоко пастериз 2,5%	55	55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3
					1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
	фрукты свежие	100	100	100	2,625	4,13	26,04	152,6	
	кондит.взвешив	10	10	10	1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
					25,306	23,605	36,547	532,95	3,8
	Итого:				75,728	72,0289	255,393	1940,06	

день	б	наименование блюда	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С		
завтрак	каша вязкая пшеничная с маслом	200/5	крупя пшеничная	20	20	2,3	0,26	12,4	63,2			
			молоко пастериз.2,5%	150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06		
			сахар	5	5			4,945	18,9			
			масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4			
			соль поваренная йодиров	1	1							
						6,555	8,14	24,475	134,35	1,06		
			какао напиток с молоком	200								
			какао порошок	1,5	1,5	0,09	0,072	1,0995	5,715			
			сахар	10	10			9,89	37,9			
			молоко пастериз.2,5%	110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,75		
			3,19	2,822	16,1895	100,815	1,75					
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/5/6	хлеб пшеничный	40	40	3,44	0,52	18	93,2			
			масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4			
			сыр	6	6	1,56	1,6		21,12	0,16		
						5,025	6,25	36,08	151,72			
						13,57	17,97	31,54	386,885			
2 завтрак	сок фруктовый	100		100	100	0,5		9,1	38	1,1		
						0,5		9,1	38	1,1		
						0,5	0	9,1	38			
обед	№54	салат из капусты	55	капуста белокач.	70	55	0,99	0,055	2,59	14,85	3,6	
				масло растительн.	2	2		1,998		17,98		
				сахар	1	1	0	0	0,989	3,79		
							0,99	2,053	3,579	36,62	3,6	
				свекольник на кур.б.со сметаной	200							
				свекла	60	54	1,28	0,085	7,65	35,7	6,8	
				картофель	80	64	1,68	0,336	13,692	67,2	11,5	
				морковь	10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
				лук репчатый	10	14	0,196	0	1,25	5,74	1,01	
				масло растит.	2	2		1,99		17,98	0	
мясо курицы	20	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6						
масло сливочное	2	2	0,01	1,65	0,016	14,99						
сметана	6	6	0,174	0,9	0,183	9,63						
соль йодированная	1	1										
			8,229	5,354	23,817	178,26	19,83					
гуляш из говядины	60											
мясо говядина	45	33,6	10,5	8,96		122						
морковь	10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52					
лук репчатый	10	14	0,196	0	1,25	5,74	1,01					
мука пшеничн 1 сор	3	3	0,3	0,34	1,63	9,13						
масло растительное	2	2		1,998		17,98						
соль поваренная йодиров	1	1										
томатное пюре	6	6	0,29		1,14	5,94						
			11,475	11,011	5,366	166,01	1,53					
мисероны отварные	130											
макар изделия	45	45	4,1	0,44	27,88	134,8						
масло сливочное	3	3	0,015	2,48	0,024	22,4						
масло растит.	2	2										
соль повар йодированная	1	1										
			4,115	2,92	27,904	187,2	0					
№372	компот из с/ф	200	фрукты сушеные	11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3		
			сахар	6	6	0	0	5,934	22,74			
						0,3	0	11,324	45,44	36,3		
			хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17,6	90,5		
						28,409	21,938	89,59	674,03	61,26		
ужин	полд.	рыба запечен.в омлете	110	молоко кип.	100	100	2,82	2,5	4,73	52	4	
							2,82	2,5	4,73	52		
				рыба минтай	80	76	6,567	0,41		43,5	38,9	
				молоко пастериз.2,5%	20	20	0,98	0,87	1,65	18,1	0,52	
				яйцо	0,7	0,7	4	3,62	0,22	49,5		
				масло растит	3	3		2,997		26,97		
				сметана	5	5	0,06	0,4	0,064	4,12	0,01	
				масло сливочное	6	6	0,03	4,95	0,048	44,88		
				соль поваренная йодиров	1	1						
							11,547	13,247	1,982	187,07		
хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2					
			3,44	0,52	18	93,2						
№394	чай сладкий с молоком	200	чай-заварка	0,6	0,6	0	0	0	0			
			сахар	7	7	0	0	6,923	26,53			
			молоко пастериз.2,5%	55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3		
						1,551	1,38	9,524	55,13	1,3		
			фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,4	9,8	45		
кондит.изделие	10	10	10	2,625	4,13	26,04	152,6					
			3,025	4,53	35,84	197,6						
			22,383	22,177	70,075	585						
итого:						67,149	66,531	210,225	1755			

день	наименование блюда	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
	завтрак каша гречневая молочная	200/5							
	крупа гречневая	25	25	3,15	0,83	15,175	83,75		
	молоко пастериз. 2,5%	150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06	
	сахар	5	5			4,945	18,95		
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		
	соль йодиров.	1	1						
	№395 кофейный напиток с мо.	200			7,405	8,71	27,25	218,1	1,06
	кофейный напиток	2,4	2,4				0,084		
	сахар	10	10				0,89	37,0	
	молоко пастериз. 2,5%	110	110	3,1	2,25	5,2	57,1	1,95	
	№1 хлеб пшеничный с маслом	40/5/6			3,1	2,75	15,174	95,1	1,95
	хлеб пшеничный	40	40	3,44	0,52	18	93,2		
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		
	сыр	6	6	1,56	1,6		21,12	0,16	
				5,025	6,25	36,08	151,72		
				15,53	17,71	78,504	464,92		
	2 завтрак абрикосовый	100							
	сок абрикосовый	100	100	0,58	0	4,8	64	4	
				0,58	0	4,8	64		
	обед салат из моркови	55							
	морковь	70	55	1,6	0,08	8,55	35,95	8,56	
	сахар	2	2			1,978	7,58		
				1,6	2,058	8,55	43,53	8,56	
	Рассольник на м.к.б.со см	200							
	картофель	80	64	2,4	0,34	14,94	69,12	17,3	
	крупа перловая	10	9,9	0,93	0,11	6,6	32		
	морковь	10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
	лук репчатый	14	13	0,174	0	0,864	3,94	1,01	
	огуры соленые	15	13	0,1	0,013	0,208	1,69	0,8	
	мясо говядина	20	12,5	3,72	3,2	0	43,6		
	соль поваренная йодиров.	1	1						
	масло сливочное	2	2	0,01	1,65	0,04	14,99		
	масло растит.	2	2		1,99		17,98		
	сметана	6	6	0,14	1	0,16	10,3	0,015	
				7,603	8,316	23,724	198,04	19,645	
	суп из мяса птицы	70							
	мясо курицы	70	52	8,2	6,7	5,5	115,2		
	хлеб пшен.	8	8	0,78	0,17	5,6	26,5		
	масло слив.	1	1	0,03	2,55	0,091	35,7		
	масло растит	4	4		3,99		35,6		
	яйцо	0,3	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		
	соль поваренная йодиров.	1	1						
	лук репчатый	10	9,8	0,137	0	0,882	4	1,01	
				10,29	14,445	12,156	219,06	1,01	
	гороховое пюре	140							
	горох душистый	45	45	10,35	0,72	22,86	141		
	соль йодированная	1	1						
	масло сливочное	2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
	масло растит.	2	2		1,998	0	17,98		
				10,36	2,37	22,876	158,99	0	
	суп томатный	35							
	морковь	10	10,3	0,134	0,01	0,74	3,5		
	лук репчатый	10	10,5	0,142	0	0,945	4,3		
	томат паста	4	4	0,3	0	0,76	3,96		
	мука	3	3	0,31	1,033	0,02	9,93		
				0,791	0,043	4,515	21,69		
	№372 компот из с/ф	200							
	фрукты сушеные	11	9,8	0,3	0	5,30	27,8	36,3	
	сахар	6	6	0	0	5,934	22,74		
				0,3	0	11,234	45,44	36,3	
	хлеб пшеничный	20							
		20	20	1,72	0,26	9	46,6		
				1,72	0,26	9	46,6		
	хлеб ржаной	50							
		50	50	3,3	0,6	17,6	90,45		
				3,3	0,6	17,6	90,45		
				35,173	28,049	105,11	799,11	65,515	
	упл.вкл.								
	15.15 кефир нежирный	100							
	кефир	100	100	3	0,05	3,8	50		
	сахар	2	2			1,99	7,58		
				3	0,05	5,79	37,58		
	№401 пироги с мясом с луком	80							
	мука пшеничная	50	50	6,18	0,66	41,4	206,4		
	сахар	5	5			4,945	18,95		
	масло сливочное	6	6	0,024	2,18	0,78	19,83		
	яйцо	0,2	0,2	0,025	0,02	0,0013	0,27		
	соль поваренная йодиров.	1	1						
	дрожжи	1,25	1,25						
	мясо говядина	45	33,6	6,51	5,6		76,3		
	лук репчатый	10	9	0,134	0	0,864	3,94	0,6	
	сметана	5	5	0,14	1	0,16	10,3	0,015	
	молоко пастер. 2,5%	20	20	1,13	1	1,89	20,8	0,65	
	масло растительное	3	3		2,997		26,97		
				14,143	13,457	47,073	366,39	1,335	
	№394 чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка	0,6	0,6	0	0	0	0		
	сахар	7	7			6,923	26,53		
	молоко пастериз. 2,5%	55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3	
				1,551	1,38	9,523	55,13	1,3	
	свежие фрукты	100							
		100	100	0,4	0,3	9,5	42		
				15,147	0,396	198,1	2,635		
				0,4	15,197	75,1863	535,7		
	Итого:			35,753	43,196	259,155	1957,9	68,15	

день	наименование блюд	ко.п-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак	каша вязкая рисовая с маслом	20/5	5,67	5,28					
	рис		20	20	1,4	0,198	14,22	65,34	
	молоко пастериз.2,5%		150	150	4,25	3,75	7,09	78	1,06
	сахар		5	5			4,945	18,95	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					5,655	8,078	26,295	199,69	1,06
	какао ваниток с молоком	200							
	какао порошок		1,5	1,5	0,09	0,072	1,0995	5,715	
	сахар		10	10			9,89	37,9	
молоко пастериз.2,5%		110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,75	
				3,1	2,822	16,1895	101,815	1,75	
№1	хлеб пшеничный с маслом и сы	40/5/6							
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	сыр		6	6	1,56	1,6		21,12	0,16
					5,025	6,25	36,08	151,72	
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	100	0,5		9,1	38	1,1
					0,5		9,1	38	1,1
					11,37	17,15	87,6615	491,225	3,91
обед	салат из зел.горошка	55							
	зелён.горошек		80	55	2,75	0,11	7,04	40,2	12,1
	масло растительное		2	2	0	1,998	0	17,98	
	лук репчатый		5	5			0,72	3,28	
					2,75	2,108	7,76	61,46	12,1
	суп домашний лапша на кур/б	200							
	мясо курицы		20	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6	
	яйцо		0,2	0,2	1,11	1,04	0,063	14,13	
	мука		25	25	2,6	0,28	17,25	82,75	
	картофель		50	45	2,4	0,2	11,8	58	21,6
лук репчатый		10	14	0,12	0,01	0,69	3,26	1,01	
морковь		10	10	0,16	0,009	0,78	3,26	0,52	
масло сливочное		1	1	0,034	2,18	0,78	19,83		
соль йодированное.		1,5	1,5						
масло растительное		2	2	0	1,99	0	17,98		
				11,164	6,089	34,443	221,81	23,13	
овощ.пюре раз. с маслом	200								
капуста белокоч		85	70	1,44	0,064	3,12	22,95	28,8	
морковь		10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
картофель		85	74	2,4	0,34	14,94	69,12	17,3	
лук репчатый		10	10	0,25	0	1,64	7,5	1,01	
масло растит		4	4	0	3,99	0	35,96		
мясо говядины		45	33,6	13	11,2		152,6		
масло сливочное		4	4	0,034	2,18	0,78	19,83		
сметана		5	5	0,25	1,6	0,26	16,48	0,02	
соль повар.йодиров.		1,5	1,5						
				17,503	19,387	21,676	328,86	47,65	
№372	компот из с/ф	200							
	фрукты сушёные		11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3
	сахар		6	6	0	0	5,934	22,74	
					0,3	0	11,324	45,44	36,3
хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17,6	90,45		
				31,717	27,584	72,203	657,57	119,18	
уч.п.под	молоко кипяч.	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	2
					2,82	2,5	4,73	52	2
	пудинг из творога с яблоками	120							
творог		100	100	10,7	9	2	159	0,5	
яблоки свежие		20	18	0,072	0,072	1,764	9	87,1	
сахар		2	2			1,978	7,38		
яйцо		0,4	0,4	2,29	2,07	0,13	28,3		
масло растит		3	3			2,997	26,97		
масло сливочное		6	6	0,01	3,63	0,13	33,05		
мука		5	5	0,51	0,055	3,41	16,7		
сухари		8	8	0,63	0,02	0,0006	0,137		
соль поваренная йодиров.		1	1						
сметана		6	6	0,22	1,6	0,26	16,48	0,02	
хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2		
				3,44	0,52	18	93,2		
				20,462	19,444	9,7026	297,217	87,62	
№394	чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка		0,6	0,6	0	0	0	0	
	сахар		7	7	0	0	6,923	26,53	
	молоко пастериз.2,5%		55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3
					1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
	фрукты свежие	100	100	100	2,605	4,13	2,004	152,6	
квас питьевой	10	10	10	1,551	1,38	9,523	55,13	1,3	
				24,333	23,324	23,9556	404,347	90,92	
Итого:				79,92	68,058	183,8231	1552,142	214,01	

день 9	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак	каша вязкая ячневая с маслом	200/5	20	20	2	0,26	13,3	64,15	
	крупа ячневая		150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06
	молоко пастериз. 2,5%		5	5			4,915	18,95	
	сахар		1	1					
	соль поваренная йодиров.		5	5	0,035	4,13	0,01	37,4	
	масло сливочное				0,255	8,14	25,375	198,5	1,06
№395	кофейный напиток с молоком	200	2,4	2,4			0,084		
	кофейный напиток		10	10			9,89	37,9	
	сахар		110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,95
	молоко пастериз. 2,5%				3,1	2,75	15,174	95,1	1,95
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/5/6	40	40	3,41	0,52	18	93,2	
	хлеб пшеничный	40	5	5	0,035	4,13	0,04	37,4	
	масло сливочное		5	5	1,56	1,6		21,12	0,16
	сыр		5	6	0,035	6,25	36,08	51,72	
					0,57		10,47	43,7	2,3
2 завтрак	сок яблочный	100	100	100	14,95	17,14	87,099	489,02	5,31
обед	салат из моркови	55	70	55	0,75	0,058	4,2	19,72	3,6
	морковь		2	2	0	0	1,978	7,58	
	сахар				0,75	0,058	6,178	27,3	3,6
	суп картофельный с рыбными	200							
	картофель		90	75	2,1	0,47	17,11	84	17,28
	морковь		10	9	0,109	0,013	0,936	4,42	0,52
	лук репчатый		10	9	0,134	0	0,864	3,94	1,01
	крупа пшеничная		5	5	1,15	0,13	15,26	31,28	
	яйцо		0,2	0,2	1,143	1,035	0,003	14,13	
	рыба минтай		80	55	16,8	3,85	0,275	80,85	
	масло сливочное		1	1	0,01	1,65	0,016	14,99	
	зелень		2	1,68			0,035		0,64
	соль поваренная йодиров.		1,5	1,5				26,97	
	масло растительное		3	3		2,967	0	26,97	
					17,113	10,095	34,559	260,58	19,45
	ленивые голубцы	200							
	мясо говядины		45	33,6	9,9	8,48	16,88	115,54	18,88
	морковь		10	9	0,109	0,013	0,936	4,42	0,52
	лук репчатый		10	9	0,134	0	0,864	3,94	1,01
	капуста		120	100	2,6	0,14	6,8	38,9	6,28
	рис		15	15	1,05	0,15	10,6	49,5	1,4
	масло сливочное		4	4	0,034	0,024	0,024	0,024	0,024
	сметана		5	6	0,14	0,14	0,14	0,14	0,14
	масло растит.		4	4		3,996	0	35,96	
	томат. пюре		6	6	0,288		1,14	5,94	
	соль поваренная йодиров.		1,5	1,5					
					11,705	12,803	30,584	215,464	21,974
№372	компот из с/ф	200	11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3
	фрукты сушеные		6	6	0	0	5,94	22,74	
	сахар				0,3	0	11,324	45,44	36,3
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17,3	90,95	
	хлеб пшеничный	20	20	20	3,43	0,6	15,48	83,6	
					6,73	1,2	33,08	174,55	0
					37,028	24,156	115,725	723,334	81,324
уплот	кефир нежирный	100	100	100	3	0,05	3,8	30	
	сахар		2	2			1,99	7,58	
№401	Булочки сладкие	80							
	мука пшеничная		50	50	5,665	0,605	37,95	182,05	
	масло сливочная		6	6	0,04	3,63	0,13	33,05	
	сахар		4	4			0,939	3,79	
	сметана		5	5	0,14	1	0,16	10,3	0,015
	масло растит		4	4		3,99		35,96	
	яйцо		0,2	0,2	0,035	0,02	0,0013	0,27	
	дрожжи		1,25	1,25					
	молоко пастериз. 2,5%		25	25	1,4	1,25	4,72	26,9	0,65
	соль поваренная йодиров.		1	1					
		яйцо отварное	1	1	1	5,08	4,6	0,28	63
					7,23	10,495	43,9503	292,32	
№394	чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка		0,6	0,6		0	0	0	
	сахар		7	7		0	6,93	26,53	
	молоко пастериз. 2,5%		55	55	1,51	1,38	2,6	28,6	1,3
					1,51	1,38	9,53	55,13	1,3
	фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,3	9,5	42	
					0,4	0,3	9,5	42	
					12,231	12,225	66,7733	419,45	
					64,309	53,521	269,5973	1631,804	

день 10	наименование блюд	кол-во	Брутто	Нетто	Б	Ж
завтрак	каша дружба вязкая с маслом	150				
	крупа пшено		7,5	7,5	1,15	0,33
	крупа рис		7,5	7,5	0,5	0,07
	молоко пастериз. 2,5%		140	140	3,95	3,5
	сахар		3	3	0	0
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48
	соль поваренная йодиров.		1	1		
	какао с молоком	150				
	какао порошок		1,25	1,25	0,075	0,06
	сахар		7	7	0	0
молоко пастериз. 2,5%		100	100	2,82	2,5	
				2,895	2,56	
№1	хлеб пшенич. с маслом, сыром					
	хлеб пшеничный		30	30	2,58	0,26
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13
	сыр		4	4	1,04	1,072
					3,645	5,462
					15,05	16,962
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	100	0,5	
					0,5	
обед	салат из свеклы	40			0,5	0
	свекла		65	40	0,7	0,038
	масло растит.		1	1		1,99
					0,7	2,028
	шиш из св. капуста на кур. б. с	150				
	картофель		70	58	1,4	0,4
	курица без кожи		70	58	1,4	0,4
	картофельный		9	11	0,137	0
	масло слив.		9	11	0,1118	0,01
	масло растительное		3	3		2,997
молоко курицы		20	17,5	4,72	0,38	
масло сливочное		1	1	0,01	1,65	
сметана		5	5	0,14	0,75	
соль поваренная йодиров.		0,5	0,5			
				7,9188	6,587	
				15,8376	13,174	
мясные котлеты	мясные котлеты	60				
	говядина		65	52,5	7,99	6,9
	хлеб пшенич.		10	10	1	0,1
	молоко 2,5%		5	5	0,42	0,38
	сыр		7	7	0,61	0,11
	масло слив.		0,2	0,2	1,14	1,04

	лук репчатый		12	11	0,137	0
	соль поваренная йодиров.		0,5	0,5		
	масло растит.		3	3		2,997
	картофель пюре	130			11,297	11,527
	картофель		160	130	3,2	0,4
	молоко 2,5%		15	15	1,12	1
	масло сливочное		4	4	0,02	3,3
	соль поваренная йодиров.		0,4	0,4		
	соус томатный	30			4,34	4,7
	морковь		9	8,7	0,113	0,01
	лук репчатый		9	8,9	0,125	
	том паста		4	4	0,2	
	мука		2	2	0,21	0,022
					0,648	0,032
№372	компот из с/ф	150				
	продукты съедобные		9	9	0,3	0
	сахар		5	5	0	0
	хлеб ржаной	40			0,3	0
					2,64	0,48
					2,64	0,48
Уч. подло.	молоко кипячен.	100	100	100	35,7626	31,941
					3,666	3,25
					3,666	3,25
	вареники ленивые	140				
	творог полужирный		75	75	16,7	9
	мука пшеничная		16	16	0,51	0,055
	масло сливочное		5	5	0,04	4,95
	яйца		0,3	0,3	1,71	1,55
	сахар песок		3	3		
	масло растит.		3	3		2,997
	молоко стуженное 2,5%		5	5	0,42	0,38
	соль поваренная йодиров.		1	1		
	сахар		5	5	0,61	0,105
	меланж		4	4	0,116	0,6
					20,106	19,637
	хлеб пшеничный	30	30	30	2,58	0,39
					2,58	0,39
	чай сладкий	150				
	чай заварка		0,5	0,5	0	0
	сахар		7	7	0	0
					0	0
					26,352	23,277

	фрукты свежие	95	95	95	0,38	0,38
	кондит. изделие	10	10	10	2,25	3,54
	Итого:				61	58