

Билявской О.Н.

2023-2024

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -1	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,355	10,690	13,160	51,070	366,000	
1. Каша пшеничная жидкая	0,160	3,310	3,950	25,200	150,000	199
2. Бутерброд с сыром	0,045	4,730	6,880	14,560	139,000	3
3. Чай с молоком	0,150	2,650	2,330	11,310	77,000	413
Обед	0,480	6,920	6,620	71,870	310,292	
1. Суп картофельный с клёцками	0,180	1,680	2,420	8,740	62,820	91/128
2. Капуста тушеная	0,120	2,480	3,880	11,310	90,122	354
3. Птица тушёная	0,120	14,120	12,940	3,520	187,000	318
4. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,185	2,350	5,850	36,350	206,550	
1. Кисель из повидла	0,150	0,070	0,000	16,700	67,050	401
2. Печенье	0,035	2,280	5,850	19,650	139,500	
Итого за 1-й день	1,020	19,960	25,630	159,290	882,842	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -1	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,450	13,380	15,570	65,650	456,300	
1. Каша пшеничная жидкая	0,210	4,400	4,060	31,930	182,000	199
2. Бутерброд с сыром	0,060	6,310	9,170	19,410	185,300	3
3. Чай с молоком	0,180	2,670	2,340	14,310	89,000	413
Обед	0,600	10,680	8,270	83,000	453,550	
1. Суп картофельный с клёцками	0,200	1,510	2,690	9,710	69,800	91/128
2. Капуста тушеная	0,150	3,100	4,860	14,140	112,650	354
3. Птица тушёная	0,160	18,820	17,250	4,700	249,000	318
4. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
5. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,225	3,500	8,780	49,510	289,710	
1. Кисель из повидла	0,180	0,080	0,000	20,030	80,460	401
2. Печенье	0,045	3,420	8,780	29,480	209,250	
Итого за 1-й день	1,275	27,560	32,620	198,160	1199,560	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -2	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,320	7,870	9,490	34,000	253,000	
1. Каша манная жидкая	0,160	2,400	3,820	21,040	128,000	199
2. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
3. Сыр (порциями)	0,010	2,320	2,950	0,000	36,000	7
4. Какао с молоком	0,150	3,150	2,720	12,960	89,000	416
Обед	0,520	20,230	18,700	88,740	540,370	
1. Борщ с картофелем (Свекольник)	0,180	1,470	3,600	10,160	79,020	64
2. Плов из птицы	0,160	16,000	14,780	26,760	304,000	321
3. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
4. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,200	9,240	6,240	32,150	221,000	
3. Чай с молоком	0,150	2,650	2,330	11,310	77,000	413
2. Ватрушка	0,050	6,590	3,910	20,840	144,000	441
Итого за 2-й день	1,040	37,340	34,430	154,890	1014,370	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -2	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,405	10,330	11,500	42,200	314,000	
1. Каша манная жидкая	0,210	3,180	3,890	26,380	153,000	199
2. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
3. Сыр (порциями)	0,015	3,480	4,420	0,000	54,000	7
4. Какао с молоком	0,180	3,670	3,190	15,820	107,000	416
Обед	0,660	29,010	24,010	101,840	756,120	
1. Борщ с картофелем (Свекольник)	0,200	1,470	3,600	10,160	79,020	64
2. Плов из птицы	0,210	21,470	19,690	35,690	406,000	321
3. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
4. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,230	9,260	6,250	35,150	233,000	
3. Чай с молоком	0,180	2,670	2,340	14,310	89,000	413
2. Ватрушка	0,050	6,590	3,910	20,840	144,000	441
Итого за 2-й день	1,295	48,600	41,760	179,190	1303,120	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -3	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,350	7,160	12,450	47,440	280,000	
1. Каша гречневая вязкая	0,160	4,670	4,890	25,830	116,000	182
2. Бутерброд с маслом	0,040	2,450	7,550	14,620	136,000	1
3. Чай с сахаром	0,150	0,040	0,010	6,990	28,000	411
Обед	0,630	26,783	19,000	78,590	595,620	
1. Суп картофельный с бобовыми(горохом лушёный)	0,180	3,950	3,790	11,750	97,020	87
2. Гуляш из отварного мяса	0,120	15,420	12,410	3,960	189,000	293
3. Макароны отварные	0,120	4,610	0,660	24,910	124,080	218
4. Салат из свёклы	0,030	0,043	1,820	2,510	28,170	34
5. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
6. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,200	2,440	1,410	45,840	195,900	
3. Чай с сахаром	0,150	0,040	0,010	6,990	28,000	411
2. Пряник	0,050	2,400	1,400	38,850	167,900	
Итого за 3-й день	1,180	36,383	32,860	171,870	1071,520	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -3	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,445	8,760	9,230	70,340	399,000	
1. Каша гречневая вязкая	0,210	6,210	5,280	32,790	203,000	182
2. Бутерброд с повидлом	0,055	2,490	3,930	27,560	156,000	2
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,810	37,560	25,100	112,770	830,950	
1. Суп картофельный с бобовыми(горохом лушёный)	0,200	4,390	4,220	13,060	107,800	87
2. Гуляш из отварного мяса	0,160	20,630	16,300	5,240	250,000	293
3. Макароны отварные	0,150	5,760	0,820	31,140	155,100	218
4. Салат из свёклы	0,050	0,710	3,040	4,180	46,950	34
5. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
4. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,230	2,460	1,420	48,840	207,900	
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
2. Пряник	0,050	2,400	1,400	38,850	167,900	
Итого за 3-й день	1,485	48,780	35,750	231,950	1437,850	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -4	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,380	4,630	11,460	51,470	327,000	
1. Каша рисовая жидкая	0,160	2,120	3,890	26,860	151,000	199
2. Бутерброд с маслом	0,040	2,450	7,550	14,620	136,000	1
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,485	15,240	11,700	75,800	405,050	
1. Суп с рыбными консервами	0,180	6,190	6,050	10,320	120,200	95
2. Пюре картофельное	0,100	2,040	3,200	13,660	91,500	339
2. Сельдь солёная	0,025	4,250	2,130	0,000	36,000	8
3. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
4. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,200	7,030	5,080	39,110	230,000	
1. Какао с молоком	0,150	3,150	2,720	12,960	89,000	416
2. Сдоба обыкновенная(плюшка)	0,050	3,880	2,360	26,150	141,000	449
Итого за 4-й день	1,065	26,900	28,240	166,380	962,050	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -4	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,430	4,680	11,460	52,060	330,000	
1. Каша рисовая жидкая	0,210	2,170	3,890	27,450	154,000	199
2. Бутерброд с маслом	0,040	2,450	7,550	14,620	136,000	1
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,625	20,260	14,370	87,900	578,150	
1. Суп с рыбными консервами	0,200	6,880	6,720	11,470	133,800	95
2. Сельдь солёная	0,025	4,250	2,130	0,000	36,000	8
3. Пюре картофельное	0,150	3,060	4,800	20,440	137,250	339
3. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
4. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,230	7,550	5,550	41,970	248,000	
1. Какао с молоком	0,180	3,670	3,190	15,820	107,000	416
2. Сдоба обыкновенная(плюшка)	0,050	3,880	2,360	26,150	141,000	449
Итого за 4-й день	1,285	32,490	31,380	181,930	1156,150	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -5	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,385	7,640	11,910	43,780	312,000	
1. Каша овсянная (Геркулес) жидкая	0,160	2,850	5,010	19,230	133,000	199
2. Бутерброд с сыром	0,045	4,730	6,880	14,560	139,000	3
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,560	25,150	10,670	61,520	444,190	
1. Щи из квашеной капусты с картофелем	0,180	1,170	3,500	4,850	55,620	77
2. Жаркое по домашнему	0,170	20,800	5,330	18,500	205,000	292
3. Салат из белокачанной капусты с морковью	0,030	0,420	1,520	2,710	26,220	21
4. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,190	6,730	0,420	48,820	219,150	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
2. Баранки	0,040	6,400	0,400	28,000	134,400	
Итого за 5-й день	1,135	39,520	23,000	154,120	975,340	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -5	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,450	10,160	14,670	53,370	385,000	
1. Каша овсянная (Геркулес) жидкая	0,210	3,790	5,480	23,970	160,000	199
2. Бутерброд с сыром	0,060	6,310	9,170	19,410	185,000	3
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,650	31,840	10,880	83,140	573,900	
1. Щи из квашеной капусты с картофелем	0,200	1,300	3,890	5,390	61,800	77
2. Жаркое по домашнему	0,200	24,470	6,270	21,760	241,000	292
3. Салат из белокачанной капусты с морковью	0,050	0,700	2,540	4,510	43,700	21
4. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
5. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,220	6,800	0,420	52,990	236,100	
1. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
2. Баранки	0,040	6,400	0,400	28,000	134,400	
Итого за 5-й день	1,320	48,800	25,970	189,500	1195,000	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -6	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,380	7,110	11,740	39,680	292,000	
1. Суп молочный с макаронными изделиями	0,160	4,600	4,170	15,070	116,000	100
2. Бутерброд с маслом	0,040	2,450	7,550	14,620	136,000	1
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,600	26,660	21,300	97,960	626,290	
1. Рассольник Ленинградский	0,180	1,510	3,680	11,940	86,940	82
2. Каша рассыпчатая гречневая	0,120	6,880	4,870	30,910	195,000	330
3. Бефстроганов из отварного мяса	0,120	15,510	12,430	3,290	187,000	294
4. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,200	5,530	3,500	39,090	210,000	
3. Чай с молоком	0,150	2,650	2,330	11,310	77,000	413
2. Пирожок с повидлом	0,050	2,880	1,170	27,780	133,000	437
Итого за 6-й день	1,180	39,300	36,540	176,730	1128,290	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -6	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,445	8,590	9,420	57,330	346,000	
1. Суп молочный с макаронными изделиями	0,210	6,040	5,470	19,780	150,000	100
2. Бутерброд с повидлом	0,055	2,490	3,930	27,560	156,000	2
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,760	37,030	27,470	112,280	860,750	
1. Рассольник Ленинградский	0,200	1,680	4,090	13,270	96,900	82
2. Каша рассыпчатая гречневая	0,150	8,600	6,090	38,640	243,750	330
3. Бефстроганов из отварного мяса	0,160	20,680	16,570	4,380	249,000	294
4. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
5. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,230	5,550	3,510	42,090	222,000	
3. Чай с молоком	0,180	2,670	2,340	14,310	89,000	413
2. Пирожок с повидлом	0,050	2,880	1,170	27,780	133,000	437
Итого за 6-й день	1,435	51,170	40,400	211,700	1428,750	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -7	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,380	5,810	11,630	50,740	330,000	
1. Каша ячневая вязкая	0,160	3,300	4,060	26,130	154,000	182
2. Бутерброд с маслом	0,040	2,450	7,550	14,620	136,000	1
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,560	20,640	17,140	75,710	475,260	
1. Суп картофельный с крупой рисовой	0,180	1,420	1,970	10,500	65,340	86
2. Мясо тушёное с овощами в соусе	0,170	16,200	13,280	11,030	228,000	290
3. Салат из моркови и яблок	0,030	0,260	1,570	2,360	24,570	41
4. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,200	5,090	5,250	28,080	175,450	
1. Кофейный напиток с молоком	0,150	2,340	2,000	10,630	70,000	414
2. Вафли	0,050	2,750	3,250	17,450	105,450	
Итого за 7-й день	1,140	31,540	34,020	154,530	980,710	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -7	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,430	6,900	11,770	57,800	364,000	
1. Каша ячневая вязкая	0,210	4,390	4,200	33,190	188,000	182
2. Бутерброд с маслом	0,040	2,450	7,550	14,620	136,000	1
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,700	27,140	21,140	84,560	652,650	
1. Суп картофельный с крупой рисовой	0,200	1,580	2,190	11,660	72,600	86
2. Мясо тушёное с овощами в соусе	0,200	19,060	15,620	12,970	268,000	290
3. Салат из моркови и яблок	0,050	0,430	2,610	3,940	40,950	41
4. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
5. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,230	5,600	5,660	31,810	196,450	
1. Кофейный напиток смолоком	0,180	2,850	2,410	14,360	91,000	414
2. Вафли	0,050	2,750	3,250	17,450	105,450	
Итого за 7-й день	1,360	39,640	38,570	174,170	1213,100	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -8	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,320	9,460	9,630	26,230	229,700	
1. Каша "Дружба" жидкая	0,160	3,990	3,960	13,270	104,700	199
2. Хлеб	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
3. Сыр (порциями)	0,010	2,320	2,950	0,000	36,000	7
4. Какао с молоком	0,150	3,150	2,720	12,960	89,000	416
Обед	0,450	18,150	10,860	77,980	418,550	
1. Суп картофельный с фрикадельками мясными	0,150	4,780	3,730	11,120	97,200	89
2. Голубцы ленивые	0,120	10,610	6,810	15,040	164,000	315
3. Каша рассыпчатая перловая	0,120	3,570	3,470	25,350	146,880	330
4. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,210	3,330	1,850	36,930	178,050	
1. Кисель	0,150	0,070	0,000	16,700	67,050	401
2. Блинчики со сгущённым молоком	0,060	3,260	1,850	20,230	111,000	430
Итого за 8-й день	0,980	30,940	22,340	141,140	826,300	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -8	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,395	12,470	12,890	48,150	373,200	
1. Каша "Дружба" жидкая	0,200	5,320	5,280	17,690	139,600	199
2. Хлеб	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
3. Сыр (порциями)	0,015	3,480	4,420	0,000	54,000	7
4. Какао с молоком	0,180	3,670	3,190	15,820	107,000	416
Обед	0,610	25,500	13,900	88,600	598,100	
1. Суп картофельный с фрикадельками мясными	0,200	5,310	4,140	12,350	108,000	89
2. Голубцы ленивые	0,160	14,120	9,040	20,260	219,000	315
3. Каша рассыпчатая перловая	0,150	4,460	4,340	31,690	183,600	330
4. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
5. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,290	6,600	3,710	60,500	301,460	
1. Кисель	0,180	0,080	0,000	20,030	80,460	401
2. Блины со сгущённым молоком	0,110	6,520	3,710	40,470	221,000	430
Итого за 8-й день	1,295	44,570	30,500	197,250	1272,760	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -9	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,265	9,870	11,500	24,830	242,000	
1. Яйца варёные	0,040	5,080	4,600	0,280	63,000	227
2. Бутерброд с сыром	0,045	4,730	6,880	14,560	139,000	3
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,570	16,050	11,360	102,030	509,970	
1. Суп картоф-й с макаронными изделиями(в-ю)	0,180	1,940	2,040	12,340	75,420	88
2. Котлеты или биточки рыбные запечённый	0,060	8,020	2,850	5,990	81,000	271
3. Рис отварной	0,120	2,920	4,300	29,350	167,760	332
4. Винегрет овощной	0,030	0,410	1,850	2,530	28,440	46
5. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,200	2,730	1,420	59,670	252,650	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
2. Пряник	0,050	2,400	1,400	38,850	167,900	489,000
Итого за 9-й день	1,035	28,650	24,280	186,530	1004,620	

Возрастная категория: 3х-7х лет

День -9	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,280	11,450	13,790	29,680	288,000	
1. Яйца варёные	0,040	5,080	4,600	0,280	63,000	227
2. Бутерброд с сыром	0,060	6,310	9,170	19,410	185,000	3
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,730	23,190	15,200	120,900	717,400	
1. Суп картоф-й с макаронными изделиями(в-ю)	0,200	2,150	2,270	13,710	83,800	88
2. Котлеты или биточки рыбные запечённый	0,080	10,640	3,760	7,670	107,000	271
3. Рис отварной	0,150	3,650	5,370	36,680	209,700	332
4. Винегрет овощной	0,050	0,680	3,080	3,850	45,800	46
5. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
6. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,230	2,800	1,420	63,840	269,600	
1. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
2. Пряник	0,050	2,400	1,400	38,850	167,900	489,000
Итого за 9-й день	1,240	37,440	30,410	214,420	1275,000	

Возрастная категория: 2х-3х лет

День -10	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,380	5,970	12,140	49,310	330,000	
1. Каша пшённая жидкая	0,160	3,460	4,570	24,700	154,000	199
2. Бутерброд с маслом	0,040	2,450	7,550	14,620	136,000	1
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,600	19,090	17,760	102,200	581,150	
1. Борщ с капустой и картофелем	0,180	1,310	3,530	9,170	73,800	63
2. Тефтели мясные (с соусом 372)	0,120	8,140	9,040	10,300	155,000	304
2. Каша рассыпчатая гречневая	0,120	6,880	4,870	30,910	195,000	330
4. Хлеб пшеничный	0,030	2,430	0,300	14,640	72,600	
5. Компот из с/фруктов	0,150	0,330	0,020	20,820	84,750	394
Полдник	0,200	7,030	5,080	39,110	230,000	
1. Какао с молоком	0,150	3,150	2,720	12,960	89,000	416
2. Сдоба обыкновенная(булочка)	0,050	3,880	2,360	26,150	141,000	449
Итого за 10-й день	1,180	32,090	34,980	190,620	1141,150	

День -10	Выход	Химический состав			Ккал.	№ рецепту ры
		Б	Ж	У		
Завтрак	0,430	7,100	12,470	55,870	363,000	
1. Каша пшённая жидкая	0,210	4,590	4,900	31,260	187,000	199
2. Бутерброд с маслом	0,040	2,450	7,550	14,620	136,000	1
3. Чай с сахаром	0,180	0,060	0,020	9,990	40,000	411
Обед	0,760	27,030	23,270	121,610	808,850	
1. Борщ с капустой и картофелем	0,200	1,450	3,930	10,190	82,000	63
2. Тефтели мясные (с соусом 372)	0,160	10,910	12,530	13,790	212,000	304
2. Каша рассыпчатая гречневая	0,150	8,600	6,090	38,640	243,750	330
4. Хлеб пшеничный	0,070	5,670	0,700	34,160	169,400	
5. Компот из с/фруктов	0,180	0,400	0,020	24,990	101,700	394
Полдник	0,230	7,550	5,550	41,970	248,000	
1. Какао с молоком	0,180	3,670	3,190	15,820	107,000	416
2. Сдоба обыкновенная(булочка)	0,050	3,880	2,360	26,150	141,000	449
Итого за 10-й день	1,420	41,680	41,290	219,450	1419,850	