

Утверждаю

Согласовываю

Заведующий

МОУ Детский сад № 200



## ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b>								
<b>День 1</b>								
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) с маслом №94	150/5	3,5	6,1	12,7	125,7	94	2011
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,3	2,3	11,2	76,2	394	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>335</b>	<b>8,4</b>	<b>9,3</b>	<b>39,3</b>	<b>280,5</b>		
<b>2 Завтрак</b>								
<b>Итого за 2 завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
		<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>		
<b>Обед</b>								
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ ОМАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	150	1,8	1,8	12,1	70,9	82	2011
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	50	8,3	8,2	8,1	139,6	305	2011
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
<b>Итого за обед</b>		<b>530</b>	<b>15,8</b>	<b>16,3</b>	<b>68,2</b>	<b>485,8</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276	150	17,4	16,4	16,8	288,0	276	2011
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАНИЛЬНЫМ, МАСЛОМ, ПОВИДЛОМ №202	180/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,1	0,1	7,5	35,5		
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>405</b>	<b>22,7</b>	<b>20,4</b>	<b>63,0</b>	<b>530,2</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>47,7</b>	<b>46,2</b>	<b>185,2</b>	<b>1359,1</b>		

Повар \_\_\_\_\_







**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)**

**для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Согласовываю  
Заведующий *Мельник В.А.*  
МОУ *Детский сад № 230* *Д.А. Демьянович*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 1</b> <b>День 4</b>	<b>Завтрак</b> СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) №94 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	150	4,4	4,1	12,5	106,5	94	2011
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		10	2,2	2,9	0	35,3	7	2011
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>10,7</b>	<b>9,9</b>	<b>34,0</b>			<b>270,4</b>
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,3</b>			<b>68,4</b>
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67 ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,3	0	0,7	4,1		
		150	1,1	3,0	5,3	52,9	67	2011
		130	24,9	26,9	21,5	431,9	304	2011
		150	0	0	11,6	46,5	376	2011
<b>Итого за обед</b>		<b>480</b>	<b>27,6</b>	<b>30,1</b>	<b>47,6</b>			<b>576,2</b>
<b>Уплотненный полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ №211 СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351 КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401 БУЛОЧКА ВЕСУШКА №473	130	9,4	8,5	28,6	234,0	211	2011
		20	0,4	0,8	2,3	17,4	351	2011
		150	4,3	3,7	5,8	77,1	401	2011
		50	4,0	3,0	29,6	160,9	473	2011
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>350</b>	<b>18,1</b>	<b>16,0</b>	<b>66,3</b>			<b>489,4</b>
<b>Всего за день:</b>			<b>57,0</b>	<b>56,6</b>	<b>162,2</b>			<b>1404,4</b>

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю



ПРЕИМУЩЕСТВО 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю  
Заведующий  
МОУ Детский сад № 50  
*О.А. Дельякина*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) №185 МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400 БАТОН	150	6,4	4,6	23,4	161,4	185	2011
		180	5	4,4	8,3	94,3	400	2011
		20	1,5	0,6	10,3	52,4		
Итого за завтрак		350	12,9	9,6	42,0	308,1		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33 СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б №77 ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276 КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383 ХЛЕБ РУЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
		150	2,0	2,3	11,7	75,8	77	2011
		130	15,2	14,2	14,6	249,9	276	2011
		150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		40	3,1	0,2	20,1	94,7		
Итого за обед		520	22,1	18,8	78,5	575,5		
Уплотненный	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ №255 КАША РАССОСЫПАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ) №166 НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,6	2,7	2,3	35,7		
		50	6,9	2,7	4,8	74,1	255	2011
		110	2,5	4,2	25,8	156,8	166	2011
		150	0,5	0,2	15,1	73,4	398	2011
		30	2,3	0,2	15,1	71		
Итого за Уплотненный полдник		370	12,8	10,0	63,1	411,0		
Всего за день:			48,7	38,6	201,3	1369,7		

Повар





Утверждаю



**УТРЕМБЕФНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)

*для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования*

Согласовываю  
Заведующий  
МОУ *Метельский детский сад*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 7	ОМШЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215 ЧАЙ С САХАРОМ, ДАТ СПЕДИМ, ДАКСМЮСМ, МЕДСОМ, ПОМИДИСМ №292 БАТОН	130	13,1	16,4	2,5	215,3	215	2011
		150/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		320	15,5	17,3	27,7	333,3		
2. Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,8	0,2	14,7	62,6		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ №83 МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №292 СОУС СМЕТАННЫЙ №354 КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	0,3	0	0,7	4,1	83	2011
		150/15	4,1	4,0	10,4	94,0	83	2011
		130	13,1	6,8	27,4	239,9	292	2011
		20	0,2	0,8	1,1	14,8	354	2011
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		35	2,3	0,3	14,8	71,4		
Итого за обед		530	20,1	12,0	71,8	496,0		
Уплотненный полдник	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ №238 СОУС МОЛОЧНЫЙ №350 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	130	15,5	13,2	31,0	309,2	238	2011
		20	0,4	1,1	1,5	17,6	350	2011
		150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
Итого за Уплотненный полдник		15	1,1	0,4	7,7	39,3		
Итого за день:		315	19,6	17,0	51,4	442,3		
Повар			56,0	46,5	165,6	1334,2		





**ДИТЯМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю  
Заведующий *Светлана С. Александровна*  
МОУ *Детский сад № 250*

Детский сад  
№ 250  
Муниципальное дошкольное образовательное учреждение  
«Детский сад № 250»

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) №185	150	6,4	4,6	23,9	163,1	185	2011	
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,1	2,5	12,3	84,7	397	2011	
	БАТОН	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011	
Итого за завтрак		20	1,5	0,6	10,3	52,4			
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	365	16,5	12,7	46,8	368,8			
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011	
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	30	0,2	0	0,5	3,9			
	ТЕФЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286	150	1,1	3,0	5,2	52,7	67	2011	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	50/30	7,6	7,8	9,2	143,9	286	2011	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	110	2,3	3,3	15,6	104,9	321	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	180/10/7	0,2	0	10,0	41,7	393	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	Итого за обед	30	2,3	0,2	15,1	71			
	Уплотненный полдник	СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА" ТТК № 34	617	15,0	14,5	64,1	458,9		
		СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355	120	16,1	23,4	19,1	351,5	ТТК № 34	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	30	0,5	1,1	2,3	24,4	355	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150	0,5	0,2	15,1	73,4	398	2011	
Итого за Уплотненный полдник		20	1,5	0,1	10	47,4			
Всего за День:		320	18,6	24,8	46,5	496,7			
Повар			50,7	52,6	171,7	1392,8			



**ТРИМЕСЯЧНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования

Согласовываю  
Заведующий  
МУП



С. Д. Ш. Калынов  
С. Д. Ш. Калынов  
С. Д. Ш. Калынов

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2</b>								
<b>День 9</b>								
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) №185	150	7,0	3,5	29,1	175,4	185	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	10	2,3	3	0	36,4	7	2011
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>15,1</b>	<b>10,8</b>	<b>46,4</b>	<b>342,8</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150	1,0	2,9	7,0	58,9	57	2011
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ №294	130/5	16,9	10,2	14,2	241,8	294	2011
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
<b>Итого за обед</b>		<b>505</b>	<b>21,0</b>	<b>15,4</b>	<b>61,8</b>	<b>496,6</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ №212	130	11,7	6,7	27,5	219,8	212	2011
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	50	0,9	1,8	5,6	43,7	351	2011
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	180	5	4,4	7	92,5	401	2011
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>380</b>	<b>19,1</b>	<b>14,9</b>	<b>55,0</b>	<b>439,4</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>56,1</b>	<b>41,3</b>	<b>180,9</b>	<b>1353,9</b>		

Повар \_\_\_\_\_



Утверждаю



**ТЕРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**

(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Согласовываю  
Заведующий  
МОУ Детский сад № 25  
*Смирнова И.В.*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 2 День 10	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	130	13,1	16,4	2,5	215,3	215	2011
		150	2,6	2,3	10,9	75,0	394	2011
		25	1,9	0,7	12,9	65,5		
Итого за завтрак		305	17,6	19,4	26,3	355,8		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	75,1	399	2011
Итого за 2 завтрак		180	0,9	0,2	17,7	75,1		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУБ №82 ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9		
		150	2,3	1,8	12,7	75,1	82	2011
		150	13,9	13,0	14,8	235,3	302	2011
		150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		40	2,6	0,4	17	81,6		
		20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед		540	20,5	15,3	66,6	489,8		
Уплотненный полдник	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282 КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50	8,3	8,5	8,1	144,9	282	2011
		110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
		150/10	0	0	9,8	39,2	392	2011
		25	1,9	0,2	12,5	59,2		
Итого за Уплотненный полдник		345	15,9	15,1	56,7	434,7		
Всего за день:			54,9	50,0	167,3	1355,4		

Повар \_\_\_\_\_



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)  
для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Согласовываю  
Заведующий *Стефан Д. Давыдов*  
МОУ *Амурского района* № 450



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 11	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ) №94 КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395 СЫР (ГОРЦЛИЯМИ) БАТОН	150	3,5	3,9	12,3	100,8	94	2011
		150	2,3	1,8	11,4	71,3	395	2011
		10	2,2	2,9	0	35,3	7	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		340	10,3	9,5	39,1	286,0		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77 МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ) №292 КОМПЛОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372 ХЛЕБ РУЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,3	0	0,7	4,1	77	2011
		150	1,6	1,8	11,7	68,3	77	2011
		150	15,1	7,9	31,5	276,4	292	2011
		150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
		20	1,3	0,2	8,5	40,8		
		20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед		520	19,9	10,1	79,8	508,8		
Уплотненный полдник	ИГРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ) №54 БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА" ТТК № 33 СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ №355 ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №467	30	0,4	1,5	2,3	24,6	54	2011
		50	6,1	11,3	6,2	151,2	ТТК № 33	
		30	0,5	1,1	2,3	24,4	355	2011
		180/10/7	0,2	0	10,0	41,7	393	2011
		20	1,5	0,1	10	47,4		
		50	4,1	3,9	28,9	167,3	467	2011
		377	12,8	17,9	59,7	456,6		
Итого за Уплотненный полдник		377	12,8	17,9	59,7	456,6		
Всего за день:			43,6	38,1	192,9	1319,8		

Повар \_\_\_\_\_



Утверждено



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)

**для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Согласовываю  
Заведующий  
МОУ



*С.В. Мельникова*  
2011 г.

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
Неделя 3 День 12	ЗАВТРАК	КАША ЖИДКАЯ (манная) №185	130	5,3	3,0	22,8	185	2011	
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	400	2011	
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
		<b>Итого за завтрак</b>	<b>345</b>	<b>16,6</b>	<b>12,3</b>	<b>40,4</b>	<b>339,5</b>		
2 Завтрак	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180	0,9	0,2	17,7	399	2011		
Итого за 2 завтрак		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>			
Обед	ОБЕД	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	33	2011	
		ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150	1,1	3,0	5,3	67	2011	
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282	50	8,3	8,2	8,1	282	2011	
		КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ТРЕННЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	166	2011	
		КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	383	2011	
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5			
		<b>Итого за обед</b>	<b>510</b>	<b>16,9</b>	<b>19,7</b>	<b>71,8</b>	<b>541,2</b>		
Уплотненный полдник	ПОЛДНИК	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ №188	130	4,7	3,9	36,7	188	2011	
		СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №351	30	0,5	1,1	3,3	351	2011	
		КЕФИР, АЛИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	150	4,3	3,7	5,8	401	2011	
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	9,7			
		ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9			
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>350</b>	<b>12,5</b>	<b>10,8</b>	<b>70,4</b>	<b>436,4</b>				
<b>Всего за день:</b>		<b>46,9</b>	<b>43,0</b>	<b>200,3</b>	<b>1392,2</b>				

Повар \_\_\_\_\_



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)**

**для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Согласовываю  
Заведующий  
МОУ Детский сад № 250

*С.В. Митин*  
МОУ Детский сад № 250



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
Неделя 3 День 13	ЗАВТРАК КАША ЖИДКАЯ (пшеничная) №185 ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394 БАТОН	150	7,0	3,5	29,6	177,3	185	2011
		180	3,1	2,7	13,1	89,7	394	2011
		30	2,3	0,9	15,4	78,6		
Итого за завтрак		360	12,4	7,1	58,1	345,6		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
Итого за 2 завтрак		150	0,6	0,6	14,3	68,4		
Обед	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82 ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286 КАПУСТА ТУШЕНАЯ №336 КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376 ХЛЕБ РЖАНОЙ ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	82	2011
		150	1,8	1,8	12,1	70,9	82	2011
		50/30	7,6	7,8	9,2	143,9	286	2011
		120	2,7	4,5	11,5	98,6	336	2011
		150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		40	2,6	0,4	17	81,6		
		20	1,5	0,1	10	47,4		
Итого за обед		590	16,4	14,6	71,9	492,8		
Уплотненный полдник	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №268 КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ №151 ЧАЙ С СУХОЙ СЛИВ, ДАТ-СЛАЙСЫ, ДАК-СМОТИ, ПИЩЕЦУМ, ТОВАРЦЕВОМ №202 ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ БЛЮЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	8,5	4,4	2,1	82,7	268	2011
		120	2,4	3,8	14,6	108,9	151	2011
		190/10	0,1	0	9,8	39,4	392	2011
		20	1,5	0,1	10	47,4		
		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
Итого за Уплотненный полдник		440	16,0	13,6	63,3	447,5		
Всего за день:			45,4	35,9	207,6	1354,3		

Повар \_\_\_\_\_





**УТРЕМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)**

*для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования*

Согласовываю  
Заведующий  
МОУ *детский сад № 930*

*Стефанова*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Неделя 3</b> <b>День 14</b>	<b>Завтрак</b>	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ №208	130	6,3	7,9	25,4	203,6	208	2011
		КАКАО С МОЛОКОМ №397	180	3,7	3,1	14,0	99,3	397	2011
		БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>330</b>	<b>11,5</b>	<b>11,6</b>	<b>49,7</b>	<b>355,3</b>			
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011	
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>			
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1			
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б №57	150	1,5	3,0	7,0	62,4	57	2011	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ №276	150	17,4	16,4	16,8	288,0	276	2011	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4			
	<b>Итого за обед</b>	<b>520</b>	<b>22,1</b>	<b>19,8</b>	<b>60,4</b>	<b>514,5</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>	ФРИКАДЕЛКИ "ВКУСНЯШКА" ТТК № 32	100	14,0	20,7	14,2	299,1	ТТК № 32		
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	30	0,6	1,6	2,2	26,9	350	2011	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	180	0,6	0,3	18,1	88,3	398	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2			
	<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>335</b>	<b>17,1</b>	<b>22,8</b>	<b>47,0</b>	<b>473,5</b>			
	<b>Всего за день:</b>		<b>51,5</b>	<b>54,4</b>	<b>171,8</b>	<b>1405,9</b>			

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)**

**для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Согласовываю  
Заведующий *Светлана Николаевна*  
МОУ *Детский сад №89*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Неделя 3</b> <b>День 15</b>	<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ) №94	150	4,4	4,1	12,4	106,1	94	2011
		МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
		БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
		СЫР (ПОРЦИЙМИ) №7	10	2,2	2,9	0	35,3	7	2011
		<b>Итого за завтрак</b>		<b>350</b>	<b>13,9</b>	<b>11,9</b>	<b>40,0</b>	<b>324,8</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>			
<b>Обед</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	30	0,6	2,7	2,3	35,7			
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПНОЙ НА К/Б №80	150	1,8	1,7	10,7	65,1	80	2011	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ №302	150	13,9	13,0	14,8	235,3	302	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4			
	<b>Итого за обед</b>		<b>520</b>	<b>19,2</b>	<b>17,7</b>	<b>67,4</b>	<b>509,1</b>		
	<b>Уплотненный полдник</b>	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ №298	120/15	10,6	10,4	9,3	177,2	298	2011
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7	0,2	0	10,0	41,7	393	2011
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478		50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011	
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>			<b>402</b>	<b>15,8</b>	<b>15,8</b>	<b>56,1</b>	<b>435,4</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>49,7</b>	<b>45,6</b>	<b>178,2</b>	<b>1331,9</b>			

Повар \_\_\_\_\_



Утверждаю



Согласовываю  
Заведующий  
МОУ *Дружбы народов*

**УПЛОТНЕНННОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)

для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 4</b>								
<b>День 16</b>								
Завтрак	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ №215	130	13,1	16,4	2,5	215,3	215	2011
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ №400	150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,3	52,4		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>300</b>	<b>18,9</b>	<b>20,7</b>	<b>19,8</b>	<b>346,3</b>		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,3</b>	<b>68,4</b>		
<b>Обед</b>								
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	30	0,2	0	0,5	3,9	67	2011
	ШИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КИБ №67	150	1,7	3,0	5,9	57,7	304	2011
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130	24,9	26,9	21,5	431,9	376	2011
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5		
	ХЛЕБ РУЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8		
<b>Итого за обед</b>		<b>480</b>	<b>28,1</b>	<b>30,1</b>	<b>48,0</b>	<b>580,8</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ №268	50	8,5	4,4	2,1	82,7	268	2011
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2,0	4,3	10,8	97,7	344	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	150/10	0	0	9,8	39,2	392	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ №478	50	3,5	5,3	26,8	169,1	478	2011
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>390</b>	<b>15,5</b>	<b>14,1</b>	<b>59,5</b>	<b>436,1</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>63,1</b>	<b>65,5</b>	<b>141,6</b>	<b>1431,6</b>		

Повар \_\_\_\_\_



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ  
(с соевыми овощами)**

**для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Согласовываю  
Заведующий  
МОУ *детский сад № 450*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Неделя 4 День 17</b>	<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПНОЙ (РИСОВОЙ) №94	150	3,5	3,9	12,3	100,8	94	2011
		ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ №394	150	2,6	2,3	11,2	76,2	394	2011
		БАТОН	40	3	1,2	20,6	104,8		
		СЫР (ТОРЦИЯМИ) №7	10	2,2	2,9	0	35,3	7	2011
	<b>Итого за завтрак</b>	<b>350</b>	<b>11,3</b>	<b>10,3</b>	<b>44,1</b>	<b>317,1</b>			
<b>2. Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ №399	150	0,8	0,2	14,7	62,6	399	2011	
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>			
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ №33	30	0,4	1,9	2,5	29,5	33	2011	
	БОРЩ №56	150	0,9	2,9	5,4	51,8	56	2011	
	ФРИКАДЕЛКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ №288	50/30	8,3	9,8	6,6	154,2	288	2011	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110	4,1	4,4	26,3	166,1	205	2011	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150	0,1	0	21,1	84,8	383	2011	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8			
	<b>Итого за обед</b>	<b>540</b>	<b>15,1</b>	<b>19,2</b>	<b>70,4</b>	<b>527,2</b>			
<b>Уплотненный полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА №237	130	23,3	15,5	19,9	321,9	237	2011	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ №350	30	0,6	1,6	2,2	26,9	350	2011	
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА №401	150	4,3	3,7	5,8	77,1	401	2011	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4			
	<b>Итого за Уплотненный полдник</b>	<b>330</b>	<b>29,7</b>	<b>20,9</b>	<b>37,9</b>	<b>473,3</b>			
	<b>Всего за день:</b>		<b>56,9</b>	<b>50,6</b>	<b>167,1</b>	<b>1380,2</b>			

Повар \_\_\_\_\_



Утверждено



**ДИЕТИЧЕСКОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)

**для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Согласовываю  
Заведующий *Светлана Александровна*  
МОУ Детский сад № 139  
*Светлана Александровна*

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 4</b>								
<b>День 18</b>								
Завтрак	КАША ЖИДКАЯ (геркулесовая) №185	150	6,4	4,6	22,9	159,2	185	2011
	КАКАО С МОЛОКОМ №397	150	3,0	2,5	12,6	84,9	397	2011
	БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>330</b>	<b>11,7</b>	<b>8,0</b>	<b>50,9</b>	<b>322,7</b>		
2 Завтрак	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	150	0,6	0,6	14,3	68,4	368	2011
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,6</b>	<b>0,6</b>	<b>14,3</b>	<b>68,4</b>		
<b>Обед</b>								
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	30	0,3	0	0,7	4,1		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ №77	150	1,6	2,2	11,7	72,7	77	2011
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ) №286	50/30	7,6	7,8	9,2	143,9	286	2011
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ) №166	110	5,7	6,4	26,3	191,4	166	2011
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150	0,1	0,1	17,4	71,8	372	2011
<b>Итого за обед</b>		<b>540</b>	<b>16,6</b>	<b>16,7</b>	<b>73,8</b>	<b>524,7</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>								
	БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА" ТТК № 33	50	6,1	11,3	6,2	151,2	ТТК № 33	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ №321	110	2,3	3,4	15,7	106,3	321	2011
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА №398	150	0,5	0,2	14,8	72,2	398	2011
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,9	0,2	12,5	59,2		
	ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2	14,9	83,4		
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>355</b>	<b>12,3</b>	<b>17,1</b>	<b>64,1</b>	<b>472,3</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>41,2</b>	<b>42,4</b>	<b>203,1</b>	<b>1388,1</b>		

Повар \_\_\_\_\_

Утверждаю



**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
(с соевыми овощами)

**для детей раннего возраста 1-3 лет, 12 часовой режим функционирования**

Согласовываю  
Заведующий  
МУО *Ремонтный завод №50*



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур	Сборник рецептур	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Неделя 4</b> <b>День 19</b>	<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150	4,3	3,8	14,8	93	2011	
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	150/7/3	0,1	0	7,0	29,0	393	2011
		ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ №213	45	5,5	5	0,3	68,6	213	2011
		БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6		
<b>Итого за завтрак</b>		<b>385</b>	<b>12,2</b>	<b>9,7</b>	<b>37,5</b>	<b>288,8</b>			
<b>2. Завтрак</b>	<b>СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399</b>	<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>	<b>399</b>	<b>2011</b>	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>150</b>	<b>0,8</b>	<b>0,2</b>	<b>14,7</b>	<b>62,6</b>			
<b>Обед</b>	<b>ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ</b>	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПКОЙ №80	150	1,3	1,7	10,1	60,9	80	2011
		КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ №282	50	8,3	8,2	8,1	141,8	282	2011
		РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ) №344	110	2,0	4,3	10,8	97,7	344	2011
		КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150	0	0	11,6	46,5	376	2011
		ХЛЕБ РЖАНОЙ	40	2,6	0,4	17	81,6		
		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,1	10	47,4		
		<b>Итого за обед</b>	<b>550</b>	<b>15,9</b>	<b>14,7</b>	<b>68,1</b>	<b>479,8</b>		
<b>Уплотненный полдник</b>	<b>ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ) №235</b>	130	20,1	13,9	31,0	339,4	235	2011	
		40	0,8	2,1	2,7	34,4	350	2011	
		150	4,3	3,7	7	78,6	400	2011	
		30	2,2	0,2	14,6	68,9			
<b>Итого за Уплотненный полдник</b>		<b>350</b>	<b>27,4</b>	<b>19,9</b>	<b>55,3</b>	<b>521,3</b>			
<b>Всего за день:</b>			<b>56,3</b>	<b>44,5</b>	<b>175,6</b>	<b>1352,5</b>			

Повар \_\_\_\_\_



