

# Меню для организации питания детей БЯ 3-7 лет (осень-зима)(КОПИЯ)1

Возрастная категория:от 3 до 7 лет

Характеристика питающихся:Дети с пищевой аллергией

№ рецептуры	Название блюда	Масса	Белки	Жиры	Углеводы	Калорийность
		г.	г.	г.	г.	ккал
	<b>Неделя 1 Понедельник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
54-21к	Каша жидкая молочная рисовая	170	3.8	4.5	17.2	124.8
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	189	3	2.3	10.3	74.2
Пром.	Батон простой	40	3.2	0.4	19.6	95
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>409</b>	<b>10.1</b>	<b>14.5</b>	<b>47.2</b>	<b>360.1</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
35	Салат с кукурузой и отварной морковью (диета без яйца)	50	0.8	3	3.9	45.8
08.22	Суп овощной	200	4.5	2.7	10.7	85.1
54-5г	Каша перловая рассыпчатая	130	3.1	4.1	21.7	136.2
54-2м	Гуляш из говядины	80	13.6	13.2	3.1	185.7
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	196	0.5	0	19.4	79.4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.3	0.6	19.8	97.8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>706</b>	<b>25.8</b>	<b>23.6</b>	<b>78.6</b>	<b>630</b>
	<b>Полдник</b>					
23	Бутерброд с повидлом	76	3.9	0.4	41.6	185.3
Пром.	Сок яблочный	195	1	0.2	19.7	84.4
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>271</b>	<b>4.9</b>	<b>0.6</b>	<b>61.3</b>	<b>269.7</b>
	<b>Ужин</b>					
11	рагу овощное	170	2.9	6.8	12.4	122.6
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	195	0.2	0.1	7.3	30.9
Пром.	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.3	0.6	19.8	97.8
Пром.	Галеты	41	4	4.2	26.9	161.1
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>556</b>	<b>11.3</b>	<b>11.9</b>	<b>74.5</b>	<b>450.2</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2074</b>	<b>55.9</b>	<b>53.9</b>	<b>272.9</b>	<b>1800.1</b>
	<b>Неделя 1 Вторник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2.3	3	0	35.8
54-23к	Каша жидкая молочная пшеничная	171	4.9	4.8	21.6	149.8
54-21гн	Какао с молоком	200	3.4	2.6	11	81
Пром.	Батон простой	39	3.1	0.4	19.1	92.6
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>420</b>	<b>13.7</b>	<b>10.8</b>	<b>51.7</b>	<b>359.2</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
218	Салат Бармалей	50	1.2	5.1	3.2	63.4

54-11с	Суп крестьянский с крупой (крупя рисовая)	180	4.6	5.2	10.7	108
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	130	4.2	4.8	18.5	134.1
54-6м	Биточек из говядины	70	12.5	9	10	171
54-3соус	Соус красный основной	15	0.6	0.5	1.9	14.2
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	185	0.4	0	18.3	74.9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	33	2.2	0.4	13.1	64.5
	<b>Итого за Обед</b>	<b>663</b>	<b>25.7</b>	<b>25</b>	<b>75.7</b>	<b>630.1</b>
	<b>Полдник</b>					
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.5	1.1	8.6	50.2
06.22	Горячий бутерброд с сыром	70	8.1	6.8	31.4	219.2
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>270</b>	<b>9.6</b>	<b>7.9</b>	<b>40</b>	<b>269.4</b>
	<b>Ужин</b>					
54-37г	Пюре картофельное на воде	179	3.2	24.2	25.1	330.8
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.1	0	6.4	26.1
Пром.	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>479</b>	<b>4.8</b>	<b>24.7</b>	<b>52.5</b>	<b>451.4</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>1964</b>	<b>57.6</b>	<b>71.7</b>	<b>231.2</b>	<b>1800.2</b>
	<b>Неделя 1 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
54-16к	Каша "Дружба"	160	3.7	4.7	16.8	124
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	190	3	2.3	10.4	74.6
Пром.	Батон простой	40	3.2	0.4	19.6	95
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>10</b>	<b>14.7</b>	<b>46.9</b>	<b>359.7</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
54-7з	Салат из белокочанной капусты	50	1.3	5.1	5.2	71.5
54-2с	Борщ с капустой и картофелем со сметаной	180	4.2	5.1	9.1	99.4
54-10г	Картофель отварной в молоке	140	4.2	5.1	24.8	162.1
17	Рыба тушеная в томатном соусе (минтай)	80	11.2	2.3	7.8	97
54-1соус	Соус сметанный	30	0.7	2.8	2.4	37.4
54-4хн	Компот из изюма	180	0.4	0.1	16.5	68.3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	42	2.8	0.5	16.6	82.2
	<b>Итого за Обед</b>	<b>702</b>	<b>24.8</b>	<b>21</b>	<b>82.4</b>	<b>617.9</b>
	<b>Полдник</b>					
Пром.	Галеты	50	4.9	5.1	32.8	196.5
Пром.	Сок яблочный	200	1	0.2	20.2	86.6
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>5.9</b>	<b>5.3</b>	<b>53</b>	<b>283.1</b>
	<b>Ужин</b>					
54-12м	Плов с курицей	158	21.5	6.4	26.2	248.6
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	197	1.4	1.1	8.4	49.5
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	55	3.6	0.7	21.8	107.6
Пром.	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>510</b>	<b>26.9</b>	<b>8.6</b>	<b>66.2</b>	<b>450.1</b>

	<b>Итого за день</b>	<b>1994</b>	<b>71.4</b>	<b>52.9</b>	<b>259.8</b>	<b>1800.9</b>
	<b>Неделя 1 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	14	3.2	4.1	0	50.2
54-38к	Каша рисовая с изюмом	150	2.3	0.3	33	144.2
54-21гн	Какао с молоком	199	3.4	2.6	10.9	80.6
Пром.	Батон простой	37	3	0.4	18.2	87.8
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>400</b>	<b>11.9</b>	<b>7.4</b>	<b>62.1</b>	<b>362.8</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
04.22	Салат из свеклы с сыром	54	2.4	4.5	3.5	64.2
54-8с	Суп гороховый	200	6.7	4.6	16.3	133.1
54-11г	Картофельное пюре	70	1.4	2.5	9.2	65
54-8г	Капуста тушеная	70	1.7	2.1	6.8	53
54-30м	Курица тушеная с морковью	100	14.1	5.8	4.4	126.4
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	200	0.5	0	19.8	81
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	55	3.6	0.7	21.8	107.6
	<b>Итого за Обед</b>	<b>749</b>	<b>30.4</b>	<b>20.2</b>	<b>81.8</b>	<b>630.3</b>
	<b>Полдник</b>					
23	Бутерброд с повидлом	99	5	0.5	54.1	241.4
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	200	0.2	0	6.6	27.2
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>299</b>	<b>5.2</b>	<b>0.5</b>	<b>60.7</b>	<b>268.6</b>
	<b>Ужин</b>					
16	Суп картофельный	200	6.2	7.2	18.7	164.1
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	196	1.4	1.1	8.4	49.2
Пром.	Галеты	24	2.3	2.4	15.7	94.3
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.3	0.6	19.8	97.8
Пром.	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>570</b>	<b>13.6</b>	<b>11.7</b>	<b>72.4</b>	<b>449.8</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2150</b>	<b>64.9</b>	<b>43.1</b>	<b>288.3</b>	<b>1801.6</b>
	<b>Неделя 1 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
54-24к	Каша жидкая молочная пшеничная	163	4.1	5.8	15.8	131.9
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.2	2.5	10.9	78.6
Пром.	Батон простой	35	2.8	0.4	17.2	83.1
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>408</b>	<b>10.2</b>	<b>16</b>	<b>44</b>	<b>359.7</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
21	Салат картофельный с морковью и зеленым горошком (без яйца)	50	1.1	3.1	5.6	54.9
54-18с	Свекольник	200	1.7	2.6	10.6	72.6
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	130	4.2	4.8	18.5	134.1
54-1м	Бефстроганов из отварной говядины	90	17.3	16.3	2	224.1

54-13хн	Напиток из шиповника	200	0.6	0.2	15.1	65.4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	41	2.7	0.5	16.2	80.2
	<b>Итого за Обед</b>	<b>711</b>	<b>27.6</b>	<b>27.5</b>	<b>68</b>	<b>631.3</b>
	<b>Полдник</b>					
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	194	0.1	0	6.4	26.4
Пром.	Галеты	62	6	6.3	40.7	243.7
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>256</b>	<b>6.1</b>	<b>6.3</b>	<b>47.1</b>	<b>270.1</b>
	<b>Ужин</b>					
20	Рис отварной с овощами	195	3.9	6.7	37.4	225.9
54-46гн	Чай с яблоком и сахаром	200	0.2	0.1	7.5	31.7
Пром.	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8
Пром.	Хлеб пшеничный	66	5	0.5	32.5	154.7
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>561</b>	<b>10</b>	<b>7.5</b>	<b>85.5</b>	<b>450.1</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2068</b>	<b>57.7</b>	<b>60.6</b>	<b>255.9</b>	<b>1801.3</b>
	<b>Неделя 2 Понедельник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2.3	3	0	35.8
54-27к	Каша жидкая молочная манная	200	4.9	5.2	22.5	157.1
54-21гн	Какао с молоком	200	3.4	2.6	11	81
Пром.	Батон простой	36	2.9	0.4	17.7	85.5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>446</b>	<b>13.5</b>	<b>11.2</b>	<b>51.2</b>	<b>359.4</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
02.22	Салат из картофеля с солеными огурцами	50	0.6	6.2	4	74.7
09.22	Суп шахтерский	180	4.8	5.4	10.8	110.9
54-21г	Горошница	130	9.1	0.8	21.3	129.1
54-4м	Котлета из говядины	70	12.8	12.2	11.5	206.7
54-32хн	Компот из свежих яблок	180	0.1	0.1	8.9	37.4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	37	2.4	0.4	14.7	72.4
	<b>Итого за Обед</b>	<b>647</b>	<b>29.8</b>	<b>25.1</b>	<b>71.2</b>	<b>631.2</b>
	<b>Полдник</b>					
23	Бутерброд с повидлом	99	5	0.5	54.1	241.4
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.1	0	6.4	26.1
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>299</b>	<b>5.1</b>	<b>0.5</b>	<b>60.5</b>	<b>267.5</b>
	<b>Ужин</b>					
18	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	180	7.4	15	33	296.5
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.5	1.1	8.6	50.2
Пром.	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8
Пром.	Хлеб пшеничный	29	2.2	0.2	14.3	68
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>509</b>	<b>12</b>	<b>16.5</b>	<b>64</b>	<b>452.5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2033</b>	<b>64.2</b>	<b>56.6</b>	<b>258.2</b>	<b>1800.7</b>
	<b>Неделя 2 Вторник</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
54-20к	Каша жидкая молочная гречневая	170	4.7	4.6	17.3	128.8

54-23гн	Кофейный напиток с молоком	184	2.9	2.3	10	72.3
Пром.	Батон простой	39	3.1	0.4	19.1	92.6
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>403</b>	<b>10.8</b>	<b>14.6</b>	<b>46.5</b>	<b>359.8</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
54-8з	Салат из белокочанной капусты с морковью	50	0.8	5	4.8	67.9
19	Суп овощной (диета без яйца)	180	1	2.3	7	52.1
54-6г	Рис отварной	150	4.1	4.9	41.4	226
17	Рыба тушеная в томатном соусе (горбуша)	85	14.9	5.9	8.3	146.3
54-3соус	Соус красный основной	25	1	0.8	3.2	23.6
54-32хн	Компот из свежих яблок	180	0.1	0.1	8.9	37.4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	39	2.6	0.5	15.4	76.3
	<b>Итого за Обед</b>	<b>709</b>	<b>24.5</b>	<b>19.5</b>	<b>89</b>	<b>629.6</b>
	<b>Полдник</b>					
Пром.	Сок абрикосовый	200	1	0	25.4	105.6
Пром.	Галеты	50	4.9	5.1	32.8	196.5
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>250</b>	<b>5.9</b>	<b>5.1</b>	<b>58.2</b>	<b>302.1</b>
	<b>Ужин</b>					
22	Картофель отварной с растительным маслом	185	2.6	4.5	20.4	132.7
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.1	0	6.4	26.1
Пром.	Хлеб пшеничный	78	5.9	0.6	38.4	182.8
Пром.	икра из кабачков. Консервы	60	1.1	5.3	4.6	71.1
Пром.	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>623</b>	<b>10.6</b>	<b>10.6</b>	<b>77.9</b>	<b>450.5</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2117</b>	<b>55.6</b>	<b>53.1</b>	<b>282.9</b>	<b>1832.1</b>
	<b>Неделя 2 Среда</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2.3	3	0	35.8
54-29к	Каша вязкая из хлопьев овсяных "Геркулес"	171	4.9	8.6	17.7	167.8
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	198	1.4	1.1	8.5	49.7
Пром.	Батон простой	45	3.6	0.5	22.1	106.8
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>424</b>	<b>12.2</b>	<b>13.2</b>	<b>48.3</b>	<b>360.1</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
54-16з	Винегрет с растительным маслом	50	0.6	4.5	3.3	55.9
10-22	Щи со сметаной	200	5.2	5.8	11.1	117.3
54-4г	Каша гречневая рассыпчатая	130	4.2	4.8	18.5	134.1
54-29м	Шницель из курицы	70	13.4	3	9.4	118
54-1соус	Соус сметанный	33	0.7	3.1	2.7	41.1
54-13хн	Напиток из шиповника	200	0.6	0.2	15.1	65.4
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.3	0.6	19.8	97.8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>733</b>	<b>28</b>	<b>22</b>	<b>79.9</b>	<b>629.6</b>

	<b>Полдник</b>					
54-2гн	Чай с сахаром	200	0.1	0	6.4	26.1
Пром.	Галеты	62	6	6.3	40.7	243.7
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>262</b>	<b>6.1</b>	<b>6.3</b>	<b>47.1</b>	<b>269.8</b>
	<b>Ужин</b>					
20	Рис отварной с овощами	185	3.7	6.4	35.5	214.3
54-1гн	Чай без сахара	200	0.1	0	0	0.7
Пром.	Яблоко	100	0.4	0.4	9.8	44.4
Пром.	Хлеб пшеничный	81	6.2	0.6	39.9	189.9
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>566</b>	<b>10.4</b>	<b>7.4</b>	<b>85.2</b>	<b>449.3</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2117</b>	<b>60.5</b>	<b>52.2</b>	<b>271.8</b>	<b>1798.9</b>
	<b>Неделя 2 Четверг</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-19з	Масло сливочное (порциями)	10	0.1	7.3	0.1	66.1
10	Каша молочная ячневая	162	4	5.6	17.6	136.9
54-23гн	Кофейный напиток с молоком	200	3.2	2.5	10.9	78.6
Пром.	Батон нарезной	30	2.3	0.9	15.4	78.5
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>402</b>	<b>9.6</b>	<b>16.3</b>	<b>44</b>	<b>360.1</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
54-9з	Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками	50	0.7	5.1	3	60.5
54-3с	Рассольник Ленинградский	180	4.3	5.2	12.3	113
54-28г	Картофель отварной, запеченный с растительным маслом	130	2.8	3.9	21.7	133.4
17	Рыба тушеная в томатном соусе (минтай)	80	11.2	2.3	7.8	97
54-3соус	Соус красный основной	10	0.4	0.3	1.3	9.4
54-6гн	Компот из сухофруктов	180	1	0	37.2	153
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	33	2.2	0.4	13.1	64.5
	<b>Итого за Обед</b>	<b>663</b>	<b>22.6</b>	<b>17.2</b>	<b>96.4</b>	<b>630.8</b>
	<b>Полдник</b>					
23	Бутерброд с повидлом	90	4.6	0.5	49.2	219.5
54-4гн	Чай с молоком и сахаром	200	1.5	1.1	8.6	50.2
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>290</b>	<b>6.1</b>	<b>1.6</b>	<b>57.8</b>	<b>269.7</b>
	<b>Ужин</b>					
54-32м	Капуста тушеная с мясом птицы	170	14.3	7	8.8	155.5
54-2гн	Чай с сахаром	185	0.1	0	5.9	24.2
Пром.	Галеты	15	1.5	1.5	9.8	59
Пром.	Хлеб пшеничный	50	3.8	0.4	24.6	117.2
Пром.	Банан	100	1.5	0.5	21	94.5
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>520</b>	<b>21.2</b>	<b>9.4</b>	<b>70.1</b>	<b>450.4</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2007</b>	<b>63.3</b>	<b>47.8</b>	<b>279.6</b>	<b>1801.1</b>
	<b>Неделя 2 Пятница</b>					
	<b>Завтрак</b>					
54-1з	Сыр твердых сортов в нарезке	10	2.3	3	0	35.8
54-18к	Суп молочный с рисом	200	4.9	4.5	18.4	133.5

54-21гн	Какао с молоком	200	3.4	2.6	11	81
Пром.	Батон нарезной	42	3.2	1.2	21.6	109.9
	<b>Итого за Завтрак</b>	<b>452</b>	<b>13.8</b>	<b>11.3</b>	<b>51</b>	<b>360.2</b>
	<b>Второй завтрак</b>					
435	Кефир с сахаром	132	3.8	3.3	11.3	90.1
	<b>Итого за Второй завтрак</b>	<b>132</b>	<b>3.8</b>	<b>3.3</b>	<b>11.3</b>	<b>90.1</b>
	<b>Обед</b>					
54-12з	Икра морковная	50	1.1	3.6	5.1	56.6
54-9с	Суп фасолевый	200	6.8	4.6	14.4	125.9
54-11г	Картофельное пюре	130	2.7	4.6	17.2	120.8
54-21м	Тефтели из говядины с рисом	70	10.1	10.2	5.7	155.3
54-1хн	Компот из смеси сухофруктов	180	0.4	0	17.8	72.9
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	50	3.3	0.6	19.8	97.8
	<b>Итого за Обед</b>	<b>680</b>	<b>24.4</b>	<b>23.6</b>	<b>80</b>	<b>629.3</b>
	<b>Полдник</b>					
23	Бутерброд с повидлом	76	3.9	0.4	41.6	185.3
Пром.	Сок яблочный	195	1	0.2	19.7	84.4
	<b>Итого за Полдник</b>	<b>271</b>	<b>4.9</b>	<b>0.6</b>	<b>61.3</b>	<b>269.7</b>
	<b>Ужин</b>					
16	Суп картофельный	200	6.2	7.2	18.7	164.1
54-3гн	Чай с лимоном и сахаром	185	0.1	0	6.1	25.2
Пром.	Апельсин	100	0.9	0.2	8.1	37.8
Пром.	Галеты	27	2.6	2.8	17.7	106.1
Пром.	Хлеб ржано-пшеничный	60	4	0.7	23.8	117.4
	<b>Итого за Ужин</b>	<b>572</b>	<b>13.8</b>	<b>10.9</b>	<b>74.4</b>	<b>450.6</b>
	<b>Итого за день</b>	<b>2107</b>	<b>60.7</b>	<b>49.7</b>	<b>278</b>	<b>1799.9</b>

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 244255665850809741289056438463350536643496426845

Владелец Хромова Оксана Сергеевна

Действителен с 12.10.2023 по 11.10.2024