УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
Детским садом № 262 ОАО «РЖД»
_____ И.А. Сафронова
«01» марта 20 17 г.

Перспективное десятидневное меню на весеннее – летний период для детей 3 -7 лет

частного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 262 открытого акционерного общества
«Российские железные дороги»

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 1								
ЗАВТРАК	Каша гречневая вязкая на молоке	205	8,36	8,67	29,09	233,52	1,763	185.6
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	40	0,13	6,15	0,17	56,6	0	1.1
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,67	3,83	15,35	111,71	1,422	397
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из соленых огурцов с луком	60	0,52	3,07	1,57	35,88	3,33	19
ОБЕД	Суп картофельный с бобовыми	250	5,12	5,35	16,15	133,25	5,825	81
ОБЕД	Жаркое по-домашнему	220	24,84	22,44	28,69	416,57	36,476	276
ОБЕД	Компот из свежих ягод	180	0,20	0,05	20,41	82,98	3,492	375
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0	701
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Макароны отварные с сыром	150	8,37	7,71	23,84	198	0,105	206
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Чай с сахаром	190/10	0,06	0,02	9,99	39,99	0,004	392
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	83,42	0	702 а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1695**	**60,52**	**60,85**	**211,19**	**1642,42**	**54,417**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1695**	**60,52**	**60,85**	**211,19**	**1642,42**	**54,417**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1695**	**60,52**	**60,85**	**211,19**	**1642,42**	**54,417**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**14,74**	**33,34**	**51,43**	**1642,42**	**13,25**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 2								
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная жидкая	205	2,42	3,46	28,80	156,27	0,061	185.2а
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	3,02	3,31	14,67	101,38	1,17	395
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	40	0,13	6,15	0,17	56,6	0	1.1
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из горошка зеленого консервированного	60	1,79	3,11	3,75	50,16	6,6	10
ОБЕД	Свекольник	250	4,55	4,35	16,75	122,75	17,95	56,1
ОБЕД	Рыба, тушенная с овощами	120	13,10	6 11	3,30	120	3,888	247
ОБЕД	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25	18,165	321
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	180	0,40	0,02	24,98	101,7	0,36	376
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	0	701.1
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Яблоки печеные	140	0,32	0,32	27,90	116	3,477	385
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Вареники ленивые (отварные)	105	14,83	10,86	15,31	218	0,189	230
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Чай с молоком	180	2,66	2,34	14,31	88,99	1,206	394
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1735**	**52,45**	**45,83**	**211,68**	**1472,6**	**55,066**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1735**	**52,45**	**45,83**	**211,68**	**1472,6**	**55,066**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1735**	**52,45**	**45,83**	**211,68**	**1472,6**	**55,066**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**14,25**	**28,01**	**57,50**	**1472,6**	**14,96**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 3								
ЗАВТРАК	Каша молочная пшеничная жидкая	205	9,43	6,76	38,01	244,46	1,332	185
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром	45	2,66	5,62	0,06	62,17	0,081	3
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,67	3,83	15,35	111,71	1,422	397
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	5,7	13
ОБЕД	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,70	2,85	17,15	104,75	8,25	82
ОБЕД	Голубцы ленивые	160	14,11	9,04	20,26	219,01	20,032	298
ОБЕД	Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,402	355
ОБЕД	Компот из свежих яблок	180	0,14	0,14	21,49	85,14	3,6	372а
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	0	701.1
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157	0,153	215
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Винегрет овощной	60	0,81	3,70	4,61	54,96	7,95	45
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Хлеб пшеничный	15	1,19	0,15	7,24	35,25	0	701.2
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Чай с лимоном	180	0,11	0,02	9,32	37,46	2,592	393
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Булочка "Веснушка"	50	3,90	3,06	26,93	151	0	473
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1680**	**53,40**	**54,78**	**206,76**	**1530,82**	**53,514**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1680**	**53,40**	**54,78**	**206,76**	**1530,82**	**53,514**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1680**	**53,40**	**54,78**	**206,76**	**1530,82**	**53,514**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**13,95**	**32,21**	**54,03**	**1530,82**	**13,98**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 4								
ЗАВТРАК	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,74	5,90	8,54	155,3	1,82	93
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	40	0,13	6,15	0,17	56,6	0	1.1
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	3,02	3,31	14,67	101,38	1,17	395
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из свеклы	60	0,85	4,13	5,02	56,34	5,7	33
ОБЕД	Суп-крем из разных овощей	250	5,87	11,53	17,07	195,5	8,175	106
ОБЕД	Рис припущенный	150	3,65	4,30	36,68	199,95	0	316
ОБЕД	Рулет из рыбы	80	11,70	6,97	9,88	149	1,12	266
ОБЕД	Соус томатный	30	0,35	1,26	2,41	22,35	0,714	348
ОБЕД	Кисель из свежих ягод	200	0,10	0,04	26,14	105,2	1,84	378
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	0	701.1
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Запеканка из творога	130	22,80	15,67	22,29	321,1	0,312	237
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	Ряженка	180	5,22	4,50	7,56	92	0,54	401.3
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИ	пряники	20	0,96	0,56	15,54	67,16	0	702г
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1700**	**66,56**	**65,32**	**207,26**	**1725,38**	**23,391**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1700**	**66,56**	**65,32**	**207,26**	**1725,38**	**23,391**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1700**	**66,56**	**65,32**	**207,26**	**1725,38**	**23,391**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**15,43**	**34,07**	**48,05**	**1725,38**	**5,42**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 5								
ЗАВТРАК	Каша молочная кукурузная жидкая	210	6,59	6,93	39,84	247,99	1,365	185а
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	40	0,13	6,15	0,17	56,6	0	1
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	3,02	3,31	14,67	101,38	1,17	395
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	5,7	13
ОБЕД	Суп с рыбными консервами	250	8,60	8,40	14,33	167,25	9,125	87
ОБЕД	Рагу овощное (2-й вариант)	200	3,30	8,08	19,08	162,2	14,62	343
ОБЕД	Котлеты мясные рубленые	80	12,44	9,24	12,56	183	0,12	282
ОБЕД	Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,402	355
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	180	0,40	0,02	24,98	101,7	0,36	376
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0	701
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25	18,165	321
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сосиски, сардельки отварные	50	5,50	11,95	0,20	130	0	275
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	0	701.1
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Чай с сахаром	190/10	0,06	0,02	9,99	39,99	0,004	392
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Вафли	20	0,64	0,56	16,22	68,42	0,12	702 б
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1870**	**54,85**	**66,11**	**241,47**	**1781,19**	**53,151**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1870**	**54,85**	**66,11**	**241,47**	**1781,19**	**53,151**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1870**	**54,85**	**66,11**	**241,47**	**1781,19**	**53,151**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**12,32**	**33,40**	**54,23**	**1781,19**	**11,94**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 6								
ЗАВТРАК	Омлет натуральный	85	7,52	13,46	1,51	157	0,153	215
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	40	0,13	6,15	0,17	56,6	0	1.1
ЗАВТРАК	Чай с молоком	180	2,66	2,34	14,31	88,99	1,206	394
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Икра кабачковая припущенная	60	0,00	0,00	0,00	0	0	53.1
ОБЕД	Суп картофельный с клецками	250	2,05	3,10	12,58	86,5	5,75	85
ОБЕД	Гуляш из отварного мяса	80	10,31	8,15	2,62	125	0,552	277
ОБЕД	Макаронные изделия отварные	200	7,68	1,10	41,52	206,8	0	204
ОБЕД	Компот из свежих ягод	180	0,20	0,05	20,41	82,98	3,492	375
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0	701
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Сырники из творога	120	22,43	15,20	13,68	280,8	0,3	231
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Какао с молоком	180	3,67	3,83	15,35	111,71	1,422	397
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1575**	**64,40**	**54,58**	**173,10**	**1446,88**	**14,875**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1575**	**64,40**	**54,58**	**173,10**	**1446,88**	**14,875**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1575**	**64,40**	**54,58**	**173,10**	**1446,88**	**14,875**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**17,80**	**33,95**	**47,85**	**1446,88**	**4,11**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 7								
ЗАВТРАК	Каша жидкая пшенная молочная	205	4,59	4,90	26,32	168	0	185.11
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром	45	2,66	5,62	0,06	62,17	0,081	3
ЗАВТРАК	Кофейный напиток с молоком	180	3,02	3,31	14,67	101,38	1,17	395
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	5,7	13
ОБЕД	Щи из свежей капусты с картофелем	250	1,75	4,88	8,48	84,75	18,475	67
ОБЕД	Плов из птицы	180	23,83	26,05	26,06	433,94	3,366	304
ОБЕД	Компот из сушеных фруктов	180	0,40	0,02	24,98	101,7	0,36	376
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0	701
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Вареники из полуфабриката промышленного производства	185	19,81	5,09	36,45	271,01	0	443
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Чай с лимоном	180	0,11	0,02	9,32	37,46	2,592	393
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Печенье	20	1,50	2,36	14,98	83,42	0	702 а
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1685**	**65,88**	**57,10**	**213,70**	**1634,71**	**33,744**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1685**	**65,88**	**57,10**	**213,70**	**1634,71**	**33,744**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1685**	**65,88**	**57,10**	**213,70**	**1634,71**	**33,744**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**16,12**	**31,44**	**52,29**	**1634,71**	**8,26**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 8								
ЗАВТРАК	Каша манная молочная жидкая	205	5,39	5,60	30,61	194,28	0,943	185.4а
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	40	0,13	6,15	0,17	56,6	0	1.1
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,67	3,83	15,35	111,71	1,422	397
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из свеклы	60	0,85	4,13	5,02	56,34	5,7	33
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	6,63	5,17	15,45	135	11,2	83
ОБЕД	Пюре картофельное	150	3,06	4,80	20,45	137,25	18,165	321
ОБЕД	Печень говяжья по-строгановски	60	15,74	11,23	4,66	183,45	29,028	278.1
ОБЕД	Соус сметанный с томатом	30	0,53	1,50	2,11	24,03	0,402	355
ОБЕД	Кисель из свежих ягод	200	0,10	0,04	26,14	105,2	1,84	378
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0	701
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный)	120	18,17	12,91	29,20	306	0,228	235
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Соус молочный (сладкий)	30	0,58	1,36	3,98	30,45	0,096	351
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Варенец	180	5,40	0,90	7,20	59	1,26	401.4
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	пряники	20	0,96	0,56	15,54	67,16	0	702г
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1725**	**68,96**	**59,38**	**226,83**	**1716,97**	**72,284**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1725**	**68,96**	**59,38**	**226,83**	**1716,97**	**72,284**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1725**	**68,96**	**59,38**	**226,83**	**1716,97**	**72,284**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**16,07**	**31,13**	**52,84**	**1716,97**	**16,84**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 9								
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная вязкая	205	5,80	4,00	36,78	206,25	0	168.9
ЗАВТРАК	Бутерброды с сыром	45	2,66	5,62	0,06	62,17	0,081	3
ЗАВТРАК	Чай с молоком	180	2,66	2,34	14,31	88,99	1,206	394
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из свежих огурцов	60	0,46	3,65	1,43	40,38	5,7	13
ОБЕД	Рассольник ленинградский	250	2,10	5,12	16,60	120,75	7,525	76
ОБЕД	Пюре из гороха с маслом	150	15,55	2,62	37,53	235,92	0	314.1
ОБЕД	Котлеты рыбные любительские	80	11,16	3,90	9,04	116	3,056	256
ОБЕД	Соус сметанный	30	0,48	4,02	1,49	44,04	0,024	367
ОБЕД	Напиток из плодов шиповника	180	0,61	0,25	18,67	79	90	398
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0	701
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Рагу овощное (2-й вариант)	200	3,30	8,08	19,08	162,2	14,62	343
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Пирожки печеные из дрожжевого теста	60	7,56	3,42	21,78	147,6	0,06	454
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Чай с сахаром	190/10	0,06	0,02	9,99	39,99	0,004	392
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	0	701.1
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1860**	**62,52**	**44,54**	**252,20**	**1664,29**	**124,276**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1860**	**62,52**	**44,54**	**252,20**	**1664,29**	**124,276**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1860**	**62,52**	**44,54**	**252,20**	**1664,29**	**124,276**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**15,03**	**24,09**	**60,61**	**1664,29**	**29,87**	

Категория: Дети 3-7 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества, г			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
День 10								
ЗАВТРАК	Каша овсяная из "Геркулеса" жидкая	205	7,03	8,47	28,54	218	1,414	185.2
ЗАВТРАК	Бутерброды с маслом	40	0,13	6,15	0,17	56,6	0	1.1
ЗАВТРАК	Какао с молоком	180	3,67	3,83	15,35	111,71	1,422	397
ЗАВТРАК 2	Сок яблочный	100	0,50	0,10	10,10	46	2	399.7
ОБЕД	Салат из моркови	60	0,75	0,06	6,97	31,38	2,88	41
ОБЕД	Борщ с фасолью и картофелем	250	3,55	5,10	14,52	118,25	6,275	63
ОБЕД	Рулет с луком и яйцами	80	9,98	8,11	8,04	145	2,528	295
ОБЕД	Соус томатный	30	0,35	1,26	2,41	22,35	0,714	348
ОБЕД	Каша гречневая рассыпчатая	155	8,87	5,98	39,80	248	0	165
ОБЕД	Компот из свежих ягод	180	0,20	0,05	20,41	82,98	3,492	375
ОБЕД	Хлеб ржаной	50	3,30	0,60	16,70	87	0	700
ОБЕД	Хлеб пшеничный	50	3,95	0,50	24,15	117,5	0	701
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Картофель отварной	180	3,44	5,18	27,61	170,82	25,2	318
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Рыба соленая (порциями)	25	6,08	2,40	0,00	46	0	8
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Хлеб пшеничный	30	2,37	0,30	14,49	70,5	0	701.1
УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК	Чай с лимоном	180	0,11	0,02	9,32	37,46	2,592	393
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		**1795**	**54,28**	**48,11**	**238,58**	**1609,55**	**48,517**	
ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:		**1795**	**54,28**	**48,11**	**238,58**	**1609,55**	**48,517**	
СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:		**1795**	**54,28**	**48,11**	**238,58**	**1609,55**	**48,517**	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за выбранные дни в % от калорийности			**13,49**	**26,90**	**59,29**	**1609,55**	**12,06**	

Согласовано:

Главный специалист - эксперт
ДВТО Управления Роспотребнадзора по ЖДТ
Вашурина Ю. А. [signature]

03.03.2017 г.