

## ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

возрастная категория от 3-7 лет

МБДОУ «Детский сад №199»

## ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ

При изготовлении блюд, включенных в меню, используются продукты содержанием йода:

- Молоко йодированное;
- Соль йодированная;
- Хлеб йодированный.

## Используемая литература:

- Санитарно-эпидемиологические правила и нормативы СанПин 2.3/2.4.3590-20 Санитарно-эпидемиологические требования к устройству, содержанию и организации режима работы дошкольных образовательных организаций.
- Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий, Уральский региональный центр питания (г.Пермь), 2021 год. Под редакцией А.Я.Перевалова и Н.В. Тапешкина.
- Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях, Могильный М.П., Тутельян В.А., Москва, 2016 год
- Сборник рецептур блюд и типовых меню для организации питания детей в дошкольных образовательных организациях, Новосибирск 2022

тверждаю: Меню приготавляемых блюд Возрастная Приложение № 8 к СанПиН 2,3/2,4,3590-20 категория : Сад МБДОУ"Детский сад № 199" аведующая А.С. Легостаева энергет. Пищевые вещества, г. Bec Прием иенность рецептур Наименование блюда блюда y Б Ж пищи (wwan) НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1 ЗАВТРАК 229 6,10 7,45 31,17 208,01 Каша "Дружба" молочная с маслом 200 71,00 19,77 111,60 45 3,11 3,40 Бутерброд с маслом 54-2гн 32,01 8,00 200 Чай с сахаром 62,84 267 0,28 4,60 40 5,08 Яйцо вареное 59,22 485 9,21 10,85 414,46 ИТОГО ЗА ЗАВТРАК ОБЕД 47,23 11 4,13 0.71 3,10 Закуска из лука ( вареная морковь порц. С 50 86 130,79 15,69 2,48 6,00 Суп полевой со смет. 180 201,20 299 7,87 12,65 13,24 80 Котлеты из говядины 380 9,42 80,60 3,38 3,27 150 Капуста тушеная 54-4хн 11,27 45,56 Компот из св. яблок и изюма с вит.С 200 0,12 43,80 573/1 1,70 0,20 8,80 20 Хлеб пшеничный формовой 39,80 574/1 7,98 20 1,22 0,24 Хлеб ржаной 65,16 588,98 26,05 700 22,26 ИТОГО ЗА ОБЕД полдник 582 33,48 187,11 3,38 4,41 50 Печенье 30,40 125,80 418 0,20 200 0,60 Сок 312,91 63,88 250 3,98 4,61 ИТОГО ЗА ПОЛДНИК УЖИН 176/1 237,36 27,48 10,75 20,92 Сырники из творога 120 37,41 406 1,61 6,54 30 1.19 Соус молочный сладкий 462/1 9,81 75,74 2,68 180 3,09 Какао с молоком 13,20 65,70 573 0.30 30 2,55 Хлеб пшеничный формовой 574/1 39,80 1,50 0,20 8,00 20 Хлеб ржаной 446 40,80 8,84 0,39 100 Яблоки 496,81 15,54 67,31 480 36,2 ИТОГО ЗА УЖИН 255,57 1813,16 57,05 1915 71,65 ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ

Утверждаю; Заведующая			[ОУ"Детски		<b>Возрастная</b> . При к СанПиН 2,			
Прием	Наименование блюда	Bec	-y	евые вещес		Энергет.	J <b>Y</b> ≌	
тици	15 th 60 1 2 20 1	блюда	Б	Ж	y	(ккал)	рецептур	
Ser and	неделя 1 день 2							
ЗАВТРАК					NOTE OF THE AMERICAN PROPERTY AND ASSESSMENT			
	Каша молочная из "Геркулеса" жидкая	180	6,48	8,27	25,93	194,81	54-29к	
	Батон с маслом, сыром	42	4,17	5,17	15,09	123,55	72/73/1	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,75	3,84	14,91	109,18	465	
	Яблоки	100	0,35		8,50	35,40	446	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	522	14,75	17,28	64,43	462,94	770	
ОБЕД						102,51		
	Икра кабачковая	50	0,26		1,93	8,73	150	
	Суп из овощей с зел.гор.со смет, на кур.б-н	200	2,27	4,76	12,08	103,50	116	
	Суфле куриное	80	17,53	20,45	2,51	239,97	368	
	Каша вязкая пеловая с маслом	150	2,75	3,39	19,42	119,54	216	
	Кисель из прот.ягоды с сахаром	200	0,12	33	28,62	114,99	401	
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1	
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	720	25,67	29	82,38	670,33	374/1	
полдник					02,00	070,33	- 1/9	
	Булочка домашняя	60	4,83	7,24	33,33	209,17	530/1	
	Кефир	200	3,00	2,50	3,90	100,20	470	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	7,83	9,74	37,23	309,37	470	
УЖИН			7,00	29/1	37,23	309,37		
	Фрикадельки рыбные из минтая	80	11,24	1,12	6,62	122.24	146	
	Свекла тушеная в сметане	160	2,58	3,53	14,17	133,24 112,38	146	
	Чай с сахаром	200	2,30	3,33	8,00	***************************************		
	Хлеб пшеничный формовой	40	2,28	0,24	14,76	32,01	54-2гн	
	Хлеб ржаной	10	1,22	0,24		87,60	573/1	
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	1,22	0,24	7,98	19,90	574/1	

490

1992

17,32

65,57

5,13

61,15

51,53

235,57

385,13

1827,77

Сформировано 14:31 15.11.24

ИТОГО ЗА УЖИН

ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ

Заведующая Прием	Меню приготав Аслегостаева катего	ория : Сад МБ,	ДОУ"Детск	ий сад № 199	Возрастная "		Іриложение № І 2,3/2,4,3590-2
muyu	Наименование блюда	Bec		цевые веще		энергет.	JVE
	неделя 1 день 3	блюда	Б	Ж	У	- ценность (ккал)	рецептур
ЗАВТРАК	TALIB S					1	
	Каша гречневая молочная с маслом				+		
	Батон с маслом	180	7,90	7,69	30,71	223,63	54-20к
	Какао с молоком	45	3,11	3,40	19,77	122,04	72/73/1
	Яблоки	180	4,06	4,34	14,22	108,18	462
-	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	100	0,40		9,80	40,80	446
ОБЕД	TOTO SA SABIPAK	505	15,47	15,43	74,5	494,65	• • •
	Овощи отварные (свекла)					7	
	Рассольник ленинградский, со смет.	50	0,84	0,06	4,95	23,70	54-283
	Суфле из печени запеченное	200	2,22	4,82	16,50	125,28	98/1
	Пюре картофельное	80	14,85	7,15	5,86	150,48	355
	Соус сметанный	150	3,31	4,38	21,80	139,84	377
		20	0,40	1,69	1,68	30,76	408
	Компот из смеси сухофруктов	200	0,34		8,00	33,35	495/1
	Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
		30	1,22	0,24	7,98	59,70	574/1
толдник	ИТОГО ЗА ОБЕД	750	24,7	18,5	76,61	606,91	3/4/1
-	EVHOVE OF SE					000,71	
	Булочка сдобная Сок	60	4,83	7,24	33,33	199,52	541
The state of the s		200	0,60	0,20	30,40	72,00	501/1
/ЖИН	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	. 260	5,43	7,44	63,73	271,52	301/1
			34.98			271,32	
Carlo	Омлет натур.	85	6,94	9,54	2,43	140,56	275
	Іюре из моркови	160	2,87	3,27	12,88	98,34	275
	Най с сахаром и молоком	200	2,61	2,88	12,23	**************************************	341
2	Клеб пшеничный формовой	30	3,04	0,32	19,68	97,13	54-4гн
	Клеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	70,32	573/1
Į.	ТОГО ЗА УЖИН	485	16,07	16,13	51,21	19,90	574/1
_	ТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	100	10.0/	1013	5171	426,25	

Утверждаю: Заведующие	THE PLANT OF THE PROPERTY OF T			ій сад № 199	Возрастная "	г к СанПиН	Гриложение N 2,3/2,4,3590-
Прием	Наименование блюда	Bec		евые веще		энергет.	JV2
mun	1 6 5 5/1	блюда	Б	<b>Ж</b>	y	ценность	рецепту
TANKED AV	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4					(vvan)	
TABTPAK							
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	5,85	5,92	19,89	168,73	100
	Батон с маслом и сыром	55	4,43	5,44	15,13	147,25	72/73/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,17	3,20	13,97	97,34	465
	Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	446
CALIFIE	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	535	13,85	14,56	58,79	454,12	770
ОПЕД				1923	30,77	434,12	
	Огурцы соленые/свежие овощи порц.	50	0,45	0,03	2,64	12,63	156/1
	Суп " Волна"	180	2,79	3,04	14,87	91,36	112
	Котлеты из говядины	80	16,53	16,38	7,41	243,14	322
	Гороховое пюре	130	10,11	4,06	24,34	174,30	389
	Компот из смеси сухофруктов с вит.С	180	0,34	1,00	8,00		
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	33,35	495/1 573/1
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	43,80	***************************************
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	33,57	24,03		59,70	574/1
полдник			00,07	24,03	79,07	658,28	
	Булочка витая	60	4,83	7,24	22.22	222.02	
	Снежок	200	0,45	0,15	33,33	232,92	541
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	5,28	7,39	20,20	84,46	501/1
ЭКИН			2,20	7,53	53,53	317,38	
	Шницель рыбный натуральный	80	11,55	4,44	7.55	100.00	210
	Картофель в молоке	140	3,75	~~~	7,55	130,23	310
	Чай с сахаром	200	3,73	4,86	22,50	146,04	136
	Хлеб пшеничный формовой	20	3,04	0.22	8,00	32,01	54-2гн
2	Хлеб ржаной	10	1,83	0,32	16,68	43,80	573/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	20,17	0,36	11,97	19,90	574/1
1	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1915	72,87	9,98	66,7	371,98	
	овано 14:31 15.11.24	1/13	12,01	55,96	258,09	1801,76	

Запелующая	Re	атегория : Сад МБ	ДОУ"Детск	ий сад № 199	Возрастная )"		Триложение № I 2,3/2,4,3590-2
munu	Наименование блюда	Bec		цевые веще	ества, г.	энергет.	7₹2
10 1 1	неделя 1 день 5	блюда	Б	Ж	y	(ккап)	рецептур
ЗАВТРАК						TREATING TO SERVICE TO	
	Пудинг из творога с яблоками	150					
	Соус молочный	150	20,23	8,04	13,82	197,54	254
	Бутерброды смаслом	30	1,10	2,00	7,85	53,81	406
	Кака с молоком	25	1,59	3,24	9,93	89,70	72/73/1
	Яблоко	180	3,77	4,02	13,75	98,69	462
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	65	0,24		5,88	24,48	446
ОБЕД	SA SABITAR	450	26,93	17,3	51,23	464,22	
	Овощи отварные (морковь)						
	Борщ с капустой и картофелем	50	0,73	0,06	3,88	18,97	54-273
	Жаркое по-домашнему	200	2,57	4,94	14,59	113,12	95
	Сок	200	18,85	17,25	23,79	325,80	328
	Хлеб пшеничный формовой	200			3,04	12,16	501
	Хлеб ржаной	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	30	1,22	0,24	7,98	59,70	574/1
полдник	за о за овед	700	24,89	22,65	63,12	573,55	3,111
	Пряники						
	Молоко кип.	50	2,40	1,40	38,85	177,60	581
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	5,80	6,40	9,40	105,80	469
/жин	- 1010 ЭЛ ПОЛДНИК	250	8,2	7,8	48,25	283,4	100
THE RESIDENCE OF THE PARTY OF T	Макаронник с печенью						
	Отварные овощи	120	14,11	7,41	31,60	258,54	264
	Хлеб пшеничный формовой	100	1,68	2,11	9,86	47,15	338
	Хлеб столичный	35	1,52	0,16	9,84	76,65	573/1
	Чай с молоком	20	1,22	0,24	7,98	39,80	373/1
the state of the s	ИТОГО ЗА УЖИН	200	2,67	2,94	11,33	86,47	54-4гн
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	475	21,2	12,86	70,61	508,61	J+-41 H
	оовано 14:31 15.11.24	1875	81,22	60,61	233,21	1829,78	

Прием	М. Пегостаева		ррия : Сад МБД Вес				к СанПиН	риложение № 2,3/2,4,3590-2
magu, .!	Наименование бл	юда					энергет. ценность	Deven my
The same	педеля 2 день 6		Олюба	Б	Ж	У	(ккап)	рецепту
ABTPAK.								
	Яйцо вареное		40	5,08	1.00			
	Каша манная молочная		200	5,37	4,60	0,28	62,84	259/1
	Бутерброд с маслом		45		6,86	23,46	177,07	54-27к
	Чай с сахаром		200	2,35	3,32	14,85	116,82	72/73/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		485	12.0		8,00	32,01	457/1
эвед			403	12,8	14,78	46,59	388,74	
	Икра кабачковая		50	0.15				
	Щи из св. капусты с картофел	тем	200	0,15	0,02	1,03	4,88	150
	Тефтели мясные		80	2,27	5,92	12,22	111,21	54-1c
The second secon	Каша пшеничная с маслом		130	13,29	12,37	7,56	194,76	303
	Компот из св.яблок и изюма		200	5,67	3,43	24,59	151,83	223
	Хлеб пшеничный формовой			0,34		8,00	33,36	54-1хн
	Хлеб ржаной		30	1,52	0,22	9,84	43,80	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД			1,22	0,36	11,97	59,70	574/1
ОЛДНИК			710	24,46	22,32	75,21	599,54	
I	Теченье		50	0.75				
N	Молоко кип.			3,75	5,90	37,45	187,11	582
THE RESERVE OF THE PARTY OF THE	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		200	5,80	6,40	9,40	118,40	469
ЖИН			250	9,55	12,3	46,85	305,51	
3	апеканка из творога с морков	FIO.	150	10.50				
	Соус молочный	T	150	19,76	10,58	17,17	242,89	189
The second second second	акао с молоком		30	1,19	1,40	4,54	35,52	369
The second second second second second	леб пшеничный формовой		180	6,09	6,58	17,51	125,17	416
Я	блоко		30	2,28	0,24	14,76	65,70	573/1
THE RESERVE OF THE PERSON NAMED IN	ТОГО ЗА УЖИН		60	0,24		5,88	24,48	446
	ТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		450	29,56	18,8	59,86	493,76	***************************************

OUNCONDHOE
ENTPANDHOE
ENTPANDHOE
IN 1993 # O PO

Утперждаю: Запедующая	A.C. Terocracha	Меню приготавляє категори	емых блюд ія : Сад МБД		 йсал № 199	Возрастная '	. П к СанПиН	риложение № 2,3/2,4,3590-2
Прием	Наименов		Bec		евые веще		Энергет.	7 <u>√</u>
ninqu	4 45 5	иние олюоа	блюда	Б	Ж	<u>у</u>	ценность	рецептур
1	ПЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7						(KKAII)	
ЗАВТРАК								
-	Пшенная каша		180	7,00	7,91	29,67	217,79	54-6к
	Бутерброды с маслом	и сыром	45	4,95	5,97	15,20	134,25	65
	Кофейный напиток с	молоком	180	3,17	3,20	13,97	94,84	465,00
	Яблоко		100	0,24		5,88	24,48	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРА	r	505	15,36	17,08	64,72	471,36	440
ОВЕД						0.,,,2	471,50	
	Закуска из лука		50	0,71	2,10	4,13	38,24	11
	Суп-лапша на курино	м бульоне, с яйцом	200	4,79	5,72	16,28	135,79	88
	Биточки рубленые из	курицы	80	18,94	21,06	7,50	205,03	54-28м
	Пюре из свеклы		150	2,63	2,63	15,20	95,03	***************************************
	Компот из св.яблок и	изюма с вит,С	180	0,24		14,21	57,80	383 54-4xh
	Хлеб пшеничный формовой		30	1,52	0,22	9,84	65,70	573/1
	Хлеб ржаной		20	2,44	0,48	15,96	39,80	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		710	31,27	32,21	83,12	637,39	574/1
юлдник		•			02,21	03,12	037,39	
	Булочка дорожная		60	4,83	7,36	33,34	218,95	543
	Кефир		200	5,40	5,00	21,60	83,46	
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИ	К	260	10,23	12,36	54,94		470
/жин				10,20	12,50	34,74	302,41	
	Суфле из рыбы		80	11,16	5,54	2,75	120.40	202
	Пюре картофельное		150	3,40	4,48	21,94	120,49	303
	Соус сметанный с том	атом	20	0,33	1,38	1,35	141,62	377
	Чай с сахаром		200	0,55	1,50	8,00	19,16	410
	Хлеб пшениный		30	2,28	0,24	14,76	32,01	54-2гн
	ИТОГО ЗА УЖИН		480	17,17	11,64	48,8	70,32	573
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		1955	74,03	73,29	251,58	383,6 1794,76	

3manyiomen	Ralero	рия : Сад МБ		ий сял № 100	Возрастная "	1	Приложение № Н 2,3/2,4,3590-2
пици	Наименование блюда	Bec			евые вещества, г.		1 2,3/2,4,3590-;
	ИЕЛЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8	блюда	Б	Ж	y	ценность	рецептур
ЗАВТРАК						(KKAII)	
2010 IT AIN							
	Каша ячневая молочная Бутерброд с маслом	200	6,26	6,99	28,87	215,48	227
	Какао с молоком	35	2,35	3,32	14,85	98,60	70,00
	Яблоки	180	3,48	3,70	13,28	100,33	416
	HTOFO 3A 3ABTPAK	100	24,00		5,88	40,80	446
ОВЕД	THOI O SA SABIPAK	515	36,09	14,01	62,88	455,21	440
- DOM	Вареная морковь порц.						
	Суп картофен на в 2525	50	0,89	1,91	4,56	39,00	54-273
	Суп картофельный с бобовыми(горох) Печеь по-строгоновски	200	4,84	5,06	18,31	138,16	54-25c
	Макароны отварные	80	13,69	7,52	6,22	147,27	54-16 <sub>M</sub>
	Сок	150	4,80	3,63	30,40	183,49	256
		180			3,04	12,16	501
	Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	30	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	20	1,83	0,36	11,97	39,80	574/1
юлдник	того за обед	710	27,57	18,64	84,34	606,76	374/1
The second second	Пирожки с яйцом	1000				344.44	
	Молоко кип.	70	6,63	7,78	32,12	224,96	535
The second secon		200	5,80	6,40	9,40	118,40	469
HINK	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	270	12,43	14,18	41,52	343,36	409
The state of the s	TVIIIII II MORNO					10,00	
	Тудинг из моркови	200	5,33	4,68	20,31	224,37	188
	Соус молочный Тай с сахаром	30	1,40	1,63	7,95	52,07	369
		200			8,00	32,01	
1	Клеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	65,70	54-2гн
	Клеб столичный ИТОГО 2.4 УЗЖИХ	10	0,61	0,12	3,99	19,90	573/1
	ТОГО ЗА УЖИН	470	9,62	6,67	55,01	394,05	
	<b>ТГОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b> овано 14:31 15.11.24	1965	85,71	53,5	243,75	1799,38	

Утверждан анелующи Ирием	M.C. Herocraesa Kateron	іемых блюд ия : Сад МБ		ий сад <b>№</b> 199	Возрастная "		Триложение № I 2,3/2,4,3590-2
minin	SAYE 2//	Bec		цевые веще		Энергет.	7¥ <u>9</u>
- defin	600 47.4	блюда	Б	Ж	<i>y</i>	ценность	рецептур
BABTPA	ПЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9					(KKAN)	1 11
21.117.117.1							•
	Каша рисовая молочная с маслом	180	5,36	6,90	31,45	210,60	54-21к
	Бутерброд с маслом и сыром	45	4,17	5,17	15,09	127,40	63
	Кофейный напиток с молоком Яблоко	180	3,31	3,36	14,20	100,30	-
	НТОГО ЗА ЗАВТРАК	100	0,24		5,88	40,80	465,00
ОВЕД	MIOTO SA SABIPAK	505	13,08	15,43	66,62	479,1	440
277.97	OLAbilit Colletti to o a a a a a a a a a a a a a a a a a		2000 A	10000			
	Огурцы соленые/огурцы свежие порц.	50	0,03		0,09	0,50	1-199
	Суп Московский на мяс. бульоне со смет Капуста тушеная с мясом	200	2,56	5,00	14,94	120,50	114
	Кисель из прот дре	200	19,19	16,87	9,42	266,24	54-32м
	Кисель из прот.ягод с сах	200	0,12	12.2%	28,5,62	114,99	483
	Хлеб пшеничный формовой Хлеб ржаной	30	2,28	0,24	14,76	65,70	***************************************
	ИТОГО ЗА ОБЕД	20	2,44	0,48	15,96	39,80	573/1
юлдник	итого за обед	700	26,62	22,59	55,17	607,73	574/1
1. Soldini							9
	Крендель сахарный Снежок	60	4,82	6,63	34,31	216,16	54-16в
		190	5,80	6,40	9,40	118,40	
ниж	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10,62	13,03	43,71	334,56	469
MITH.	Hymun av 5 ×					334,30	
	Пудинг рыбный запеченный	80	17,25	2,22	6,21	115,27	100
	Картофель отварной	180	3,43	3,75	27,47	161,40	189
	Чай с сахаром	200	5.62		8,00	32,01	136
-	Хлеб пшеничный формовой	45	2,28	0,24	14,76	70,32	54-2гн
	итого за ужин	505	22,96	6,21	56,44	379	573/1
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b> ровано 14:31 15.11.24	1960	73,28	57,26		1800,39	

Утперждаро Винедующий	ХС легоставна	Меню приготавл катего	яемых блюд рия : Сад МБД	ОУ"Детский		озрастная	к СанПиН	риложение № 8 2,3/2,4,3590-20
Uplien	Наименован	ие блюда	Bec	Пище	вые вещес	тва, г.	энергет. ценность	J\©
ници	the world	ue omood	блюда	Б	Ж	$\boldsymbol{y}$	(ккап)	рецептур
	ИЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10							
ЗАВТРАК						of a live-value measurement.		
-	Пудинг из творога		150	23,49	9,20	21,28	220,55	249
	Повидло вишневое		20	0,11		17,55	52,32	86
	Бутерброд с маслом		35	2,35	3,32	14,85	89,70	70
	Какао с молоком		180	3,77	4,02	13,75	106,25	416,00
	Яблоко		100	0,24		5,88	40,80	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		485	29,96	16,54	73,31	509,62	
ОВЕД								
	Морковная икра/св.ово	щи порц.	50	0,61	3,05	4,27	46,98	54
	Свекольник на мяс.були	оне, со смет.	200	2,33	4,93	14,62	112,21	54-18c
	Гуляш из отварного мяс	ea	90	12,52	12,76	3,51	118,51	54-2м
	Гарнир гречневый		150	5,11	4,40	22,93	151,68	179
	Сок		200	0,60	0,20	30,40	66,45	418
	Хлеб пшеничный форм	овой	30	1,52	0,16	9,84	65,70	573/1
	Хлеб ржаной		20	1,83	0,36	11,97	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД		740	24,52	25,86	97,54	601,33	
полдини								
	Вафли		50	1,60	1,40	40,55	181,20	580
	Молоко кип.		200	5,80	6,40	9,40	118,40	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	7,4	7,8	49,95	299,6	
УЖИН								
	Яйцо вареное		40	5,08	4,60	0,28	62,84	267
	Рагу из овощей		210	4,68	6,54	23,95	173,39	360
	Чай с молоком		200	2,67	2,94	11,33	82,47	54-4гн
	Хлеб пшеничный форм	овой	45	2,28	0,24	14,76	98,55	573/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	The state of the s	495	14,71	14,32	50,32	417,25	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		1970	76,59	64,52	271,12	1827,8	

Сформировано 14:31 15.11.24

I make a state of the state of	Выход	Пищев	вые вещес	тва, г.	Энергет.	
Прием тици	блюда	Б	Ж	У	ценность (ккал)	№ рецептуры
Итого за весь период * ***//		73,90	60,90	226,63	1805,00	
Среднее значение за период		7,39	6,09	19,26	180,50	
СодержаниеБ, Ж, У в меню за период в % от кал-ти		17,00	27,00	56,00		