



УТВЕРЖДАЮ
Заведующий МБДОУ
«Детский сад №199»

А.С. Легостаева

Приказ № 28-сен от 19.01.25

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

возрастная категория от 1,5 до 3 лет

МБДОУ «Детский сад №199»

г. Барнаул 2025

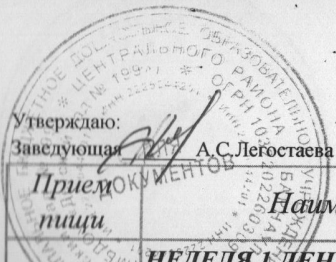
ПРИЛОЖЕНИЕ К ДЕСЯТИДНЕВНОМУ МЕНЮ

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



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

Приложение № 8

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1						
ЗАВТРАК							
	Каша "Дружба" молочная с маслом	140	4,80	6,09	21,81	154,57	229
	Бутерброд с маслом	30	1,59	3,28	12,39	78,75	71,00
	Чай с сахаром	180			7,00	28,02	54-2гн
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	267
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	390	6,39	9,37	41,48	324,18	
ОБЕД							
	Закуска из лука (вареная морковь порц. С	30	0,42	2,06	2,48	30,12	11
	Суп полевой со смет.	150	1,84	4,55	11,67	100,31	86
	Котлеты из говядины	60	9,48	10,04	6,14	152,79	299
	Капуста тушена	110	2,72	2,62	7,67	65,11	380
	Компот из св. яблок и изюма с вит.С	150	0,12		10,28	41,56	54-4хн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,70	0,20	8,80	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	17,5	19,71	55,02	473,49	
ПОЛДНИК							
	Печенье	30	2,03	2,65	20,09	112,27	582
	Сок	170			2,58	106,93	418
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	2,03	2,65	22,67	219,2	
УЖИН							
	Сырники из творога	100	22,97	7,72	17,20	194,91	176/1
	Соус молочный сладкий	25	1,19	1,61	4,54	31,12	406
	Какао с молоком	160	2,43	2,12	7,83	60,15	462/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,70	0,20	8,80	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,50	0,20	8,00	39,80	574/1
	Яблоки	95	0,37		9,31	38,76	446
	ИТОГО ЗА УЖИН	420	30,16	11,85	55,68	408,54	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1550	56,08	43,58	174,85	1425,41	



Утверждаю:
Запедающая: А.С.Легостаева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	рецептур
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2							
ЗАВТРАК							
	Каша молочная из "Геркулеса" жидкая	130	4,66	5,99	17,25	136,33	54-29к
	Батон с маслом, сыром	32	3,41	5,09	10,17	100,11	72/73/1
	Кофейный напиток с молоком	150	2,58	2,66	10,72	77,12	465
	Яблоки	95	0,33		8,08	33,63	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	407	10,98	13,74	46,22	347,19	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	30	0,15		1,16	5,24	150
	Суп из овощей с зел.гор.со смет, на кур.б-н	150	1,50	3,07	7,98	68,28	116
	Суфле куриное	60	13,51	15,42	1,90	186,79	368
	Каша вязкая пеловая с маслом	110	2,32	2,73	16,39	99,41	216
	Кисель из прот.ягоды с сахаром	150	0,08		18,73	75,23	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	540	20,3	21,62	63,98	518,55	
ПОЛДНИК							
	Булочка домашняя	52	4,29	5,57	28,87	174,17	530/1
	Кефир	150	4,35	4,80	5,85	75,15	420
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	202	8,64	10,37	34,72	249,32	
УЖИН							
	Фрикадельки рыбные из минтая	60	9,90	1,03	5,14	104,22	146
	Свекла тушеная в сметане	140	2,20	2,74	12,14	94,06	145
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	54-2Гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	1,22	0,24	7,98	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	14,84	4,17	42,10	289,99	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1559	54,76	49,9	187,02	1405,05	

Сформировано 14:31 15.11.24

4



Менюготавливаемых блюд

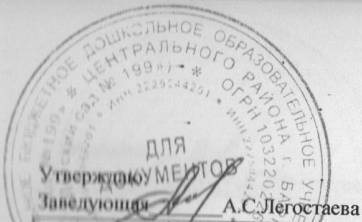
Возрастная

Приложение № 8

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Примечание	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	рецептур
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3							
ЗАВТРАК							
	Каша гречневая молочная с маслом	150	5,84	5,88	22,72	161,93	54-20к
	Батон с маслом	35	2,35	3,32	14,85	89,70	72/73/1
	Какао с молоком	180	3,12	3,34	11,78	98,92	462
	Яблоки	95	0,38		9,31	38,76	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	460	11,69	12,54	58,66	389,31	
ОБЕД							
	Овощи отварные (свекла)	30	0,51	0,03	2,97	14,23	54-28з
	Рассольник ленинградский, со смет.	150	1,65	3,44	11,96	94,58	98/1
	Суфле из печени запеченное	60	11,69	5,37	4,60	112,17	355
	Пюре картофельное	110	2,65	3,50	17,44	111,87	377
	Соус сметанный	10	0,40	1,69	1,68	17,38	408
	Компот из смеси сухофруктов	150	0,23		6,99	28,89	495/1
	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	550	19,87	14,43	63,46	462,72	
ПОЛДНИК							
	Булочка сдобная	52	4,29	5,57	28,78	173,12	541
	Сок	170	0,51	0,17	25,84	61,20	501/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	222	4,8	5,74	54,62	234,32	
УЖИН							
	Омлет натур.	85	6,89	9,50	2,42	140,56	275
	Пюре из моркови	120	2,66	2,64	11,82	81,71	341
	Чай с сахаром	180			8,00	32,01	54-4гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	2,28	24,00	14,76	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	415	12,44	36,26	40,99	317,98	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1647	48,8	68,97	217,73	1404,33	



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Лег. рецептур
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4						
ЗАВТРАК							
	Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,38	4,44	14,42	112,33	100
	Батон с маслом и сыром	35	3,67	5,36	10,21	103,45	72/73/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,10	3,20	12,65	85,87	465
	Яблоки	95	0,38		9,31	38,76	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	430	11,53	13	46,59	340,41	
ОБЕД							
	Огурцы соленые/свежие овощи порц.	30	0,24	0,03	0,51	3,90	
	Суп " Волна"	150	2,27	2,33	10,92	73,74	112
	Котлеты из говядины	60	12,50	12,15	5,44	176,40	322
	Гороховое пюре	110	8,05	3,24	19,37	138,84	389
	Компот из смеси сухофруктов с вит.С	150	0,23		6,99	28,89	495/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	1,22	0,24	7,98	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	530	26,03	18,15	61,05	485,47	
ПОЛДНИК							
	Булочка витая	50	4,29	5,57	28,78	180,75	541
	Снежок	150	0,45	0,15	20,20	62,60	501/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	4,74	5,72	48,98	243,35	
УЖИН							
	Шницель рыбный натуральный	60	8,16	3,12	5,39	89,77	310
	Картофель в молоке	140	3,73	4,24	22,49	146,04	136
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	410	14,02	7,64	48,71	327,52	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1570	56,32	44,51	205,33	1396,75	

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

Утверждаю:
Заведующая: А.С. Петгостасва

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур	
			Б	Ж	У			
НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5								
ЗАВТРАК	Пудинг из творога с яблоками		130	16,10	6,47	10,85	162,59	254
	Соус молочный		20	0,70	1,13	4,66	31,55	406
	Бутерброды смаслом		25	1,59	3,24	9,93	67,80	72/73/1
	Кака с молоком		150	3,12	3,34	11,78	80,40	462
	Яблоко		65	0,24		5,88	24,48	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		390	21,75	14,18	43,1	366,82	
ОБЕД	Овощи отварные (морковь)		30	0,44	0,03	2,33	11,36	54-27з
	Борщ с капустой и картофелем		150	1,90	3,58	11,02	83,86	95
	Жаркое по-домашнему		150	16,33	14,91	18,64	262,77	328
	Сок		170			2,58	10,34	501
	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		540	21,41	18,92	52,39	451,93	
ПОЛДНИК	Пряники		30	1,44	0,84	23,31	106,56	581
	Молоко кип.		170	4,93	5,44	7,99	89,93	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	6,37	6,28	31,3	196,49	
УЖИН	Макаронник с печенью		100	11,82	6,42	24,18	201,80	264
	Отварные овощи		100	1,68	2,11	9,86	47,15	338
	Хлеб пшеничный формовой		20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб столичный		10	0,61	0,12	3,99	19,90	
	Чай с молоком		180	2,67	2,94	11,33	82,47	54-4гн
	ИТОГО ЗА УЖИН		410	18,3	11,75	59,2	395,12	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		1540	67,83	51,13	185,99	1410,36	

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Утверждаю:
Заведующий
А.С. Легостаева

Для
документов

ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
ЦЕНТРАЛЬНОЕ РАЙОНА
№ 199
ОГРН 1032202000000

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Присм тиции	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	Лит рецептур
			Б	Ж	У		
	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6						
ЗАВТРАК							
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	259/1
	Каша манная молочная	150	4,21	5,49	17,88	137,77	54-27к
	Бутерброд с маслом	37	1,59	3,24	9,93	99,30	72/73/1
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	457/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	407	10,88	13,33	35,09	327,92	
ОБЕД							
	Икра кабачковая	30	0,09	0,01	0,62	2,93	150
	Щи из св. капусты с картофелем	150	1,71	4,56	9,34	85,23	54-1с
	Тефтели мясные	60	10,02	9,17	5,72	145,46	303
	Каша пшеничная с маслом	110	4,05	2,71	17,57	110,87	223
	Компот из св.яблок и изюма	150	0,23		7,00	28,90	54-1хн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,22	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	540	18,84	16,91	58,07	456,99	
ПОЛДНИК							
	Печенье	30	2,25	3,54	22,47	112,27	582
	Молоко кип.	170	4,93	5,44	7,99	100,64	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	7,18	8,98	30,46	212,91	
УЖИН							
	Запеканка из творога с морковью	120	15,82	8,52	12,93	191,71	189
	Соус молочный	20	0,80	1,14	3,37	26,90	369
	Какао с молоком	180	5,44	5,90	15,54	125,17	416
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Яблоко	60	0,24		5,88	24,48	446
	ИТОГО ЗА УЖИН	400	23,82	15,72	47,56	412,06	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1547	60,72	54,94	171,18	1409,88	

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

8



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Наименование блюда		Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецентур	
			Б	Ж	У			
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7								
ЗАВТРАК	Пшеничная каша		130	5,83	6,49	24,39	150,55	54-6к
	Бутерброды с маслом и сыром		33	4,19	5,89	10,28	96,32	65
	Кофейный напиток с молоком		150	3,10	3,20	12,65	80,20	465,00
	Яблоко		95	0,24		5,88	38,76	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		408	13,36	15,58	53,2	365,83	
ОБЕД	Закуска из лука		30	0,42	1,06	2,48	21,13	11
	Суп-лапша на курином бульоне, с яйцом		150	4,29	4,65	12,67	109,64	88
	Биточки рубленные из курицы		60	14,45	15,79	5,51	153,59	54-28м
	Пюре из свеклы		120	1,94	1,97	11,23	75,48	383
	Компот из св.яблок и изюма с вит,С		150	0,20		12,24	48,64	54-4хн
	Хлеб пшеничный формовой		20	1,52	0,22	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной		20	1,22	0,24	7,98	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД		550	24,04	23,93	61,95	492,08	
ПОЛДНИК	Булочка дорожная		50	4,31	6,31	28,80	189,21	543
	Кефир		150	0,13	0,10	0,51	62,60	470
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	4,44	6,41	29,31	251,81	
УЖИН	Суфле из рыбы		60	9,82	4,25	2,42	87,19	303
	Пюре картофельное		120	2,67	3,51	17,63	112,80	377
	Соус сметанный с томатом		20	0,29	1,38	1,23	18,55	410
	Чай с сахаром		180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшениный		20	1,52	0,16	9,84	43,80	573
	ИТОГО ЗА УЖИН		400	14,3	9,3	38,12	290,35	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		1558	56,14	55,22	182,58	1400,07	

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8							
ЗАВТРАК	Каша ячневая молочная	130	4,95	5,92	20,84	133,53	227
	Бутерброд с маслом	30	1,59	3,24	9,93	78,75	70,00
	Какао с молоком	180	3,09	3,32	11,77	83,72	416
	Яблоки	95	24,00		5,88	38,76	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	435	33,63	12,48	48,42	334,76	
ОБЕД	Вареная морковь порц.	30	0,44	0,96	2,28	22,33	54-27з
	Суп картофельный с бобовыми(горох)	150	3,36	3,63	14,06	103,65	54-1с
	Печень по-строгановски	60	10,69	5,77	4,63	113,17	54-16м
	Макароны отварные	110	3,90	2,92	24,74	140,82	256
	Сок	170			2,28	9,12	501
	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	560	21,13	13,68	65,81	472,69	
ПОЛДНИК	Пирожки с яйцом	60	6,09	6,11	27,56	189,56	535
	Молоко кип.	150	4,35	4,80	7,05	88,80	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	210	10,44	10,91	34,61	278,36	
УЖИН	Пудинг из моркови	180	3,98	4,42	12,89	172,22	188
	Соус молочный	30	1,19	1,61	6,54	45,40	369
	Чай с сахаром	180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	30	1,52	0,16	9,84	65,70	573/1
	Хлеб столичный	10	0,61	0,12	3,99	19,90	
	ИТОГО ЗА УЖИН	430	7,3	6,31	40,26	331,23	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1635	72,5	43,38	189,1	1417,04	

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

Утверждено:
Заведующая: А.С. Легостаева

Меню приготовляемых блюд

Возрастная

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Примечания		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур
				Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 9								
ЗАВТРАК	Каша рисовая молочная с маслом		130	4,35	5,86	22,56	136,88	54-21к
	Бутерброд с маслом и сыром		32	4,17	5,17	15,09	103,45	63
	Кофейный напиток с молоком		150	3,25	3,36	12,88	94,75	465,00
	Яблоко		95	0,24		5,88	38,76	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		407	12,01	14,39	56,41	373,84	
ОБЕД	Огурцы соленые/огурцы свежие порц.		30	0,02		0,06	0,30	1-199
	Суп Московский на мяс. бульоне со смет		150	1,85	3,55	10,96	79,51	114
	Капуста тушеная с мясом		150	16,52	14,61	7,29	182,58	54-32м
	Кисель из прот.ягод с сах		150	0,09		19,89	75,23	483
	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		520	21,22	18,56	56,02	421,22	
	Крендель сахарный		50	4,29	5,57	29,78	186,41	54-16в
	Снежок		150	3,20	2,50	11,80	83,00	469
УЖИН	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		200	7,49	8,07	41,58	269,41	
	Пудинг рыбный запеченный		70	14,52	1,94	4,55	93,71	189
	Картофель отварной		140	3,11	3,07	25,01	140,12	136
	Чай с сахаром		180			7,00	28,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой		35	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
	ИТОГО ЗА УЖИН		425	19,91	5,25	51,32	332,16	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		1552	60,63	46,27	205,33	1396,63	

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

11

Приложение № 8
к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

категория : Ясли МБДОУ "Детский сад № 199"

Приложение № 8

к СанПиН 2,3/2,4,3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептур
			Б	Ж	У		
НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10							
ЗАВТРАК							
	Пудинг из творога	130	17,49	7,20	17,34	182,20	249
	Повидло вишневое	10	0,11		17,55	26,16	86
	Бутерброд с маслом	25	1,59	3,24	9,93	67,80	70
	Какао с молоком	150	3,41	3,66	12,25	88,15	416,00
	Яблоко	95	0,24		5,88	38,76	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	410	22,84	14,1	62,95	403,07	
ОБЕД							
	Морковная икра/св.овощи порц.	30	0,41	2,04	3,24	32,93	54
	Свекольник на мяс.бульоне, со смет.	150	1,70	3,57	10,79	82,07	54-18с
	Гуляш из отварного мяса	60	10,83	10,85	2,43	97,79	54-2м
	Гарнир гречневый	120	3,83	3,45	17,20	105,17	179
	Сок	170	0,48	0,16	24,32	55,63	418
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	20	1,22	0,36	11,97	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	570	19,99	20,59	79,79	457,19	
ПОЛДНИК							
	Вафли	30	0,96	0,84	24,33	108,72	580
	Молоко киш.	170	4,93	5,44	7,99	100,64	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	200	5,89	6,28	32,32	209,36	
УЖИН							
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	267
	Рагу из овощей	200	3,74	5,47	20,54	143,13	360
	Чай с молоком	180	2,67	2,94	11,33	82,47	54-4гн
	Хлеб пшеничный формовой	35	1,52	0,16	9,84	76,65	573/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	455	13,01	13,17	41,99	365,09	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1635	61,73	54,14	217,05	1434,71	

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1

