



УТВЕРЖДАЮ

Заведующий МБДОУ

«Детский сад №199»

А.С. Легостаева

15.01.25

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ

возрастная категория от 3-7 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 : Сад 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	200	6,10	7,45	31,17	208,01	229
	Бутерброд с маслом	45	3,11	3,40	19,77	111,60	71,00
	Чай с сахаром	200			8,00	32,01	54-2гн
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	267
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	485	9,21	10,85	59,22	414,46	
ОБЕД							
	Закуска из лука (вареная морковь порц. С	50	0,71	3,10	4,13	47,23	11
	Суп полевой со смет.	180	2,48	6,00	15,69	130,79	86
	Котлеты из говядины	80	12,65	13,24	7,87	201,20	299
	Капуста тушеная	150	3,38	3,27	9,42	80,60	380
	Компот из св. яблок и изюма с вит.С	200	0,12		11,27	45,56	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	700	22,26	26,05	65,16	588,98	
ПОЛДНИК							
	Печенье	50	3,38	4,41	33,48	187,11	582
	Сок	200	0,60	0,20	30,40	125,80	418
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	3,98	4,61	63,88	312,91	
УЖИН							
	Сырники из творога	120	27,48	10,75	20,92	237,36	176/1
	Соус молочный сладкий	30	1,19	1,61	6,54	37,41	406
	Какао с молоком	180	3,09	2,68	9,81	75,74	462/1
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,55	0,30	13,20	65,70	573
	Хлеб ржаной	20	1,50	0,20	8,00	39,80	574/1
	Яблоки	100	0,39		8,84	40,80	446
	ИТОГО ЗА УЖИН	480	36,2	15,54	67,31	496,81	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1915	71,65	57,05	255,57	1813,16	

Утверждаю
Заведующая А.С. Легостаева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Сад МБДОУ "Детский сад № 199"

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

Приём 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	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	
ОБЕД							
	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		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	
ПОЛДНИК							
	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	
УЖИН							
	Фрикадельки рыбные из минтая	80	11,24	1,12	6,62	133,24	146
	Свекла тушеная в сметане	160	2,58	3,53	14,17	112,38	145
	Чай с сахаром	200			8,00	32,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	40	2,28	0,24	14,76	87,60	573/1
	Хлеб ржаной	10	1,22	0,24	7,98	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	490	17,32	5,13	51,53	385,13	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1992	65,57	61,15	235,57	1827,77	

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Сад МБДОУ "Детский сад № 199"

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прислать плати		Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	рецептур
		НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3		Б	Ж	У		
ЗАВТРАК								
		Каша гречневая молочная с маслом	180	7,90	7,69	30,71	223,63	54-20к
		Батон с маслом	45	3,11	3,40	19,77	122,04	72/73/1
		Какао с молоком	180	4,06	4,34	14,22	108,18	462
		Яблоки	100	0,40		9,80	40,80	446
		ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	505	15,47	15,43	74,5	494,65	
ОБЕД								
		Овощи отварные (свекла)	50	0,84	0,06	4,95	23,70	54-28з
		Рассольник ленинградский, со смет.	200	2,22	4,82	16,50	125,28	98/1
		Суфле из печени запеченное	80	14,85	7,15	5,86	150,48	355
		Пюре картофельное	150	3,31	4,38	21,80	139,84	377
		Соус сметанный	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	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
		Хлеб ржаной	30	1,22	0,24	7,98	59,70	574/1
		ИТОГО ЗА ОБЕД	750	24,7	18,5	76,61	606,91	
ПОЛДНИК								
		Булочка сдобная	60	4,83	7,24	33,33	199,52	541
		Сок	200	0,60	0,20	30,40	72,00	501/1
		ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	5,43	7,44	63,73	271,52	
УЖИН								
		Запеканка морковная	180	7,61	6,48	27,96	200,63	167
		Соус молочный сладкий	40	1,65	1,86	8,42	56,97	369
		Чай с сахаром и молоком	200	2,61	2,88	12,23	97,13	54-4гн
		Хлеб пшеничный формовой	30	3,04	0,32	19,68	70,32	573/1
		Хлеб ржаной	10	0,61	0,12	3,99	19,90	574/1
		ИТОГО ЗА УЖИН	460	15,52	11,66	72,28	444,95	
		ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1975	61,12	53,03	287,12	1818,03	



Утверждено
Заведующий: А.С. Легостаева

Меню приготовляемых блюд

Возрастная

категория : Сад 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	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
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	535	13,85	14,56	58,79	454,12	
ОБЕД							
	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		8,00	33,35	495/1
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	30	1,83	0,36	11,97	59,70	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	670	33,57	24,03	79,07	658,28	
ПОЛДНИК							
	Булочка витая	60	4,83	7,24	33,33	232,92	541
	Снежок	200	0,45	0,15	20,20	84,46	501/1
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	5,28	7,39	53,53	317,38	
УЖИН							
	Шницель рыбный натуральный	80	11,55	4,44	7,55	130,23	310
	Картофель в молоке	140	3,75	4,86	22,50	146,04	136
	Чай с сахаром	200			8,00	32,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	20	3,04	0,32	16,68	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	10	1,83	0,36	11,97	19,90	574/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	20,17	9,98	66,7	371,98	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1915	72,87	55,96	258,09	1801,76	

Сформировано 14:31 15.11.24

Утверждено:
Заведующий: А.С. Легостаева

Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Сад 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			
ЗАВТРАК	НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5							
	Пудинг из творога с яблоками		150	20,23	8,04	13,82	197,54	254
	Соус молочный		30	1,10	2,00	7,85	53,81	406
	Бутерброды с маслом		25	1,59	3,24	9,93	89,70	72/73/1
	Кака с молоком		180	3,77	4,02	13,75	98,69	462
	Яблоко		65	0,24		5,88	24,48	446
ОБЕД	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		450	26,93	17,3	51,23	464,22	
	Овощи отварные (морковь)		50	0,73	0,06	3,88	18,97	54-27з
	Борщ с капустой и картофелем		200	2,57	4,94	14,59	113,12	95
	Жаркое по-домашнему		200	18,85	17,25	23,79	325,80	328
	Сок		200			3,04	12,16	501
	Хлеб пшеничный формовой		20	1,52	0,16	9,84	43,80	573/1
ПОЛДНИК	Хлеб ржаной		30	1,22	0,24	7,98	59,70	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД		700	24,89	22,65	63,12	573,55	
	Пряники		50	2,40	1,40	38,85	177,60	581
	Молоко кип.		200	5,80	6,40	9,40	105,80	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		250	8,2	7,8	48,25	283,4	
	Макаронник с печенью		120	14,11	7,41	31,60	258,54	264
УЖИН	Отварные овощи		100	1,68	2,11	9,86	47,15	338
	Хлеб пшеничный формовой		35	1,52	0,16	9,84	76,65	573/1
	Хлеб столичный		20	1,22	0,24	7,98	39,80	
	Чай с молоком		200	2,67	2,94	11,33	86,47	54-4гн
	ИТОГО ЗА УЖИН		475	21,2	12,86	70,61	508,61	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ		1875	81,22	60,61	233,21	1829,78	

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Сад 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		
ЗАВТРАК	ПЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 6						
	Яйцо вареное	40	5,08	4,60	0,28	62,84	259/1
	Каша манная молочная	200	5,37	6,86	23,46	177,07	54-27к
	Бутерброд с маслом	45	2,35	3,32	14,85	116,82	72/73/1
	Чай с сахаром	200			8,00	32,01	457/1
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	485	12,8	14,78	46,59	388,74	
ОБЕД	Икра кабачковая	50	0,15	0,02	1,03	4,88	150
	Щи из св. капусты с картофелем	200	2,27	5,92	12,22	111,21	54-1с
	Тефтели мясные	80	13,29	12,37	7,56	194,76	303
	Каша пшеничная с маслом	130	5,67	3,43	24,59	151,83	223
	Компот из св.яблок и изюма	200	0,34		8,00	33,36	54-1хн
	Хлеб пшеничный формовой	20	1,52	0,22	9,84	43,80	573/1
	Хлеб ржаной	30	1,22	0,36	11,97	59,70	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	710	24,46	22,32	75,21	599,54	
	Печенье	50	3,75	5,90	37,45	187,11	582
	Молоко кип.	200	5,80	6,40	9,40	118,40	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	9,55	12,3	46,85	305,51	
УЖИН	Запеканка из творога с морковью	150	19,76	10,58	17,17	242,89	189
	Соус молочный	30	1,19	1,40	4,54	35,52	369
	Какао с молоком	180	6,09	6,58	17,51	125,17	416
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	65,70	573/1
	Яблоко	60	0,24		5,88	24,48	446
	ИТОГО ЗА УЖИН	450	29,56	18,8	59,86	493,76	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1895	76,37	68,2	228,51	1787,55	

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Утверждаю
Заведующая

Применяю



Меню приготовляемых блюд

Возрастная

категория : Сад 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)	луг рецептур
			Б	Ж	У		
ЗАВТРАК	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 7						
	Пшениная 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
ОБЕД	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	505	15,36	17,08	64,72	471,36	
	Закуска из лука	50	0,71	2,10	4,13	38,24	11
	Суп-лапша на курином 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	383
	Компот из св.яблок и изюма с вит,С	180	0,24		14,21	57,80	54-4хн
	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	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	710	31,27	32,21	83,12	637,39	
ПОЛДНИК							
	Булочка дорожная	60	4,83	7,36	33,34	218,95	543
	Кефир	200	5,40	5,00	21,60	83,46	470
УЖИН	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	260	10,23	12,36	54,94	302,41	
	Суфле из рыбы	80	11,16	5,54	2,75	120,49	303
	Пюре картофельное	150	3,40	4,48	21,94	141,62	377
	Соус сметанный с томатом	20	0,33	1,38	1,35	19,16	410
	Чай с сахаром	200			8,00	32,01	54-2гн
	Хлеб пшениный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	573
	ИТОГО ЗА УЖИН	480	17,17	11,64	48,8	383,6	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1955	74,03	73,29	251,58	1794,76	

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Сад 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)	Лит. рецептур	
			Б	Ж	У			
ЗАВТРАК	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 8							
	Каша ячневая молочная	200	6,26	6,99	28,87	215,48	227	
	Бутерброд с маслом	35	2,35	3,32	14,85	98,60	70,00	
	Какао с молоком	180	3,48	3,70	13,28	100,33	416	
	Яблоки	100	24,00		5,88	40,80	446	
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	515	36,09	14,01	62,88	455,21		
ОБЕД	Вареная морковь порц.	50	0,89	1,91	4,56	39,00	54-27з	
	Суп картофельный с бобовыми(горох)	200	4,84	5,06	18,31	138,16	54-25с	
	Печень по-строгоновски	80	13,69	7,52	6,22	147,27	54-16м	
	Макароны отварные	150	4,80	3,63	30,40	183,49	256	
	Сок	180			3,04	12,16	501	
	Хлеб пшеничный формовой	30	1,52	0,16	9,84	46,88	573/1	
	Хлеб ржаной	20	1,83	0,36	11,97	39,80	574/1	
	ИТОГО ЗА ОБЕД	710	27,57	18,64	84,34	606,76		
	ПОЛДНИК	Пирожки с яйцом	70	6,63	7,78	32,12	224,96	535
		Молоко кип.	200	5,80	6,40	9,40	118,40	469
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		270	12,43	14,18	41,52	343,36		
УЖИН		Пудинг из моркови	200	5,33	4,68	20,31	224,37	188
		Соус молочный	30	1,40	1,63	7,95	52,07	369
	Чай с сахаром	200			8,00	32,01	54-2гн	
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	65,70	573/1	
	Хлеб столичный	10	0,61	0,12	3,99	19,90		
	ИТОГО ЗА УЖИН	470	9,62	6,67	55,01	394,05		
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1965	85,71	53,5	243,75	1799,38		

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

Страница 1



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Сад 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		
ЗАВТРАК	КАША 2 ДЕНЬ 9						
	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	180	3,31	3,36	14,20	100,30	465,00
	Яблоко	100	0,24		5,88	40,80	446
	ИТОГО ЗА ЗАВТРАК	505	13,08	15,43	66,62	479,1	
ОБЕД	Огурцы соленые/огурцы свежие порц.	50	0,03		0,09	0,50	1-199
	Суп Московский на мяс. бульоне со смет	200	2,56	5,00	14,94	120,50	114
	Капуста тушеная с мясом	200	19,19	16,87	9,42	266,24	54-32м
	Кисель из прот.ягод с сах	200	0,12		28,5,62	114,99	483
	Хлеб пшеничный формовой	30	2,28	0,24	14,76	65,70	573/1
	Хлеб ржаной	20	2,44	0,48	15,96	39,80	574/1
	ИТОГО ЗА ОБЕД	700	26,62	22,59	55,17	607,73	
	Крендель сахарный	60	4,82	6,63	34,31	216,16	54-16в
	Снежок	190	5,80	6,40	9,40	118,40	469
	ИТОГО ЗА ПОЛДНИК	250	10,62	13,03	43,71	334,56	
УЖИН	Пудинг рыбный запеченный	80	17,25	2,22	6,21	115,27	189
	Картофель отварной	180	3,43	3,75	27,47	161,40	136
	Чай с сахаром	200			8,00	32,01	54-2гн
	Хлеб пшеничный формовой	45	2,28	0,24	14,76	70,32	573/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	505	22,96	6,21	56,44	379	
	ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ	1960	73,28	57,26	221,94	1800,39	

Сформировано 14:31 15.11.24

Сформировано 14:31 15.11.24

11



Меню приготавливаемых блюд

Возрастная

категория : Сад 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		
ЗАВТРАК	НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 10						
	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	
ОБЕД							
	Морковная икра/св.овощи порц.	50	0,61	3,05	4,27	46,98	54
	Свекольник на мяс.бульоне, со смет.	200	2,33	4,93	14,62	112,21	54-18с
	Гуляш из отварного мяса	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 формовой	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		
ПОЛДНИК							
	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 формовой	45	2,28	0,24	14,76	98,55	573/1
	ИТОГО ЗА УЖИН	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

Страница 1

Утверждено: Заведующая

А.С. Легостаева



	Выход блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
Итого за весь период *		73,90	60,90	226,63	1805,00	
Среднее значение за период		7,39	6,09	19,26	180,50	
Содержание Б, Ж, У в меню за период в % от кал-ти		17,00	27,00	56,00		