

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

Сезон: ВЕСНА
Возрастная категория: сад 5-7

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель _____ **СНИЧУК О.И.**
подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 1							
Завтрак	Каша манная	200	9,7	8,8	43,3	245,3	182
	Бутерброд с маслом	30/5	0,1	8,3	0,1	55,0	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,2	1,9	11,9	43,0	414
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		416	26,5	43,6	57,4	343,3	
2-ой Завтрак	Сок фруктовый яблочный	100	0,0	0,0	18,2	63,0	418
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	0,0	0,0	18,2	63,0	
Обед	Суп картофельный с крупой	180	3,5	3,3	24,8	110,5	86
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Биточки паровые	80	16,1	14,9	6,0	180,8	306
	Каша вязкая гречневая	130	3,6	4,8	25,2	171,3	331
	Салат из белокачанной капусты	50	0,3	2,1	2,3	27,0	21
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	40,0	
	Компот из сушеных фруктов	180	0,3	0,0	26,0	77,0	394
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		681	27,1	23,5	104,7	646,8	
Полдник	Кефир	200	5,8	5,0	8,0	74,0	420
	Сырники из творога	150	29,0	25,6	17,4	211,2	245
	Соус молочный (сладкий)	50	1,0	2,5	6,8	27,0	369
	Салат из моркови	60	0,2	1,9	2,4	21,2	42
	Хлеб пшеничный 15	30	1,1	0,1	7,4	40,0	
	Печенье	50	3,8	4,9	37,2	193,5	
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		541	40,7	38,1	85,1	566,9	
Итого за 1 день:			94,3	105,2	265,4	1620,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 2							
Завтрак	Суп молочный с клецками	150	5,1	6,4	13,4	197,9	105
	Яйца вареные	40	5,1	4,5	0,3	63,0	227
	Бутерброд с сыром	30/5/15	5,1	7,7	16,1	84,4	3
	Чай с молоком	180	2,2	1,9	12,0	45,0	413
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		421	17,5	20,5	41,8	390,3	
2-ой Завтрак	Сок фруктовый виноградный	100	0,6	0,6	14,7	65,0	418
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	0,6	0,6	14,7	65,0	
Обед	Борщ с капустой и картофелем	180	2,0	4,2	12,4	195,1	63
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Плов из птицы	200	19,8	22,7	32,1	252,1	321
	Салат из свежих помидоров с луком	50	0,8	3,7	3,4	64,4	14
	Хлеб пшеничный 20	30	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	14,7	55,5	390
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		671	26,2	31,2	80,9	647,8	
Полдник	Ряженка	180	5,8	5,0	8,4	87,9	420
	Рыба, припущенная с овощами	200	7,3	4,4	3,3	200,4	258
	Салат из свежих огурцов	60	0,6	3,7	1,8	52,2	13
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	40,0	
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Банан	100	7,1	4,8	53,6	96,0	386
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		591	24,5	18,4	98,1	516,7	
Итого за 2 день:			68,8	70,8	235,4	1619,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 3							
Завтрак	Запеканка из творога	180	28,1	19,5	27,1	166,7	251
	Соус молочный (сладкий)	50	1,0	2,5	6,8	35,2	369
	Бутерброд с маслом	30/5	0,1	8,3	0,1	74,5	1
	Чай с сахаром	180	2,2	1,9	11,9	52,2	411
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		446	31,4	32,2	45,9	328,6	
2-ой Завтрак	Кисель из натурального сока	100	0,6	0,6	14,7	78,0	400
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	0,6	0,6	14,7	78,0	
Обед	Суп картофельный с мясными фрикадельками	180	3,2	3,1	24,3	151,3	89
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Котлеты рубленые	70	16,5	21,6	7,9	183,8	299
	Пюре картофельное	130	3,6	4,8	25,2	157,9	339
	Свежий помидор	50	0,4	0,2	1,1	8,3	
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Сок фруктовый сливовый	180	0,1	0,1	18,3	65,7	418
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		651	26,3	30,1	93,5	647,2	
Полдник	Напиток кисломолочный "Снежок"	180	5,8	5,0	8,0	74,0	420
	Запеканка из печени с рисом	200	26,1	13,9	25,9	312,7	311
	Салат из кукурузы (консервированной)	50	0,0	3,6	1,2	47,1	12
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Яблоко	100	3,7	6,6	30,8	52,0	386
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		581	38,5	29,5	92,0	566,0	
Итого за 3 день:			96,7	92,4	246,1	1619,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 4							
Завтрак	Каша вязкая рисовая	200	7,9	8,7	44,6	235,5	182
	Бутерброд с маслом	30/5	1,2	4,3	7,4	65,5	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,2	1,9	11,9	46,2	414
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		416	11,3	14,8	63,9	347,2	
2-ой Завтрак	Напиток груша-дичка	100	1,1	0,2	38,0	63,0	
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	1,1	0,2	38,0	63,0	
Обед	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	2,5	2,2	18,1	157,7	88
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Гуляш из отварного мяса	80	24,7	24,1	3,9	179,8	293
	Салат из белокачанной капусты	60	1,0	1,1	2,6	34,4	21
	Каша рассыпчатая пшеничная	130	18,5	17,2	2,8	115,0	293
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Компот из сушеных фруктов	180	0,3	0,0	26,0	79,9	394
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		671	31,3	27,8	68,4	647,0	
Полдник	Кефир	200	5,6	5,2	22,4	89,0	420
	Тефтели рыбные паровые	80	15,0	9,4	9,3	245,8	276
	Тушенные кабачки	150	1,9	5,3	13,7	124,7	
	Соус томатный	30	0,9	1,2	3,1	12,0	
	Хлеб пшеничный 40	30	3,0	0,3	19,7	40,0	
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Пряник	50	0,8	1,0	1,1	11,0	
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		571	30,1	21,5	119,1	562,7	
Итого за 4 день:			73,8	64,3	289,5	1619,9	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись _____ расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 5							
Завтрак	Омлет натуральный	150	8,4	14,8	1,6	180,8	229
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Бутерброд с маслом	20/5	0,1	8,3	0,1	65,0	1
	Чай с молоком	200	0,0	0,0	8,3	62,0	413
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		406	12,8	27,5	30,3	348,0	
2-ой Завтрак	Напиток витаминизированный	100	0,6	0,6	14,7	63,0	
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	0,6	0,6	14,7	63,0	
Обед	Суп картофельный с бобовыми	180	4,2	4,1	16,6	178,7	87
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Биточки по белоруски	70	16,2	17,3	1,6	222,1	268
	Свекла, тушенная в сметане	130	2,6	5,9	11,9	102,0	145
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	40,0	
	Компот из свежих яблок	180	0,1	0,1	18,3	65,5	390
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		611	26,8	28,0	71,1	647,5	
Полдник	Ряженка	180	5,8	5,0	8,0	74,0	420
	Каша овсяная ("Геркулес")	150	9,7	10,4	38,3	174,0	182
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	40,0	
	Пицца "Детская" с отварным мясом и тертым сыром	60	12,4	12,2	32,0	152,3	448
	Банан	100	0,6	0,6	14,7	96,0	386
	Салат из моркови	50	0,0	0,0	8,3	25,0	42
	Соль	1	0,9	0,2	0,5	6,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		571	30,2	27,9	101,3	561,3	
Итого за 5 день:			70,4	83,9	217,4	1619,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 6							
Завтрак	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,3	6,7	24,5	244,9	100
	Бутерброд с маслом	20/5	0,1	8,3	0,1	65,0	1
	Какао с молоком	180	2,2	1,9	12,0	43,0	416
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		406	17,7	31,1	40,2	352,9	
2-ой Завтрак	Сок фруктовый яблочный	100	0,8	0,1	15,2	64,0	418
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	0,8	0,1	15,2	64,0	
Обед	Суп картофельный с крупой	180	3,5	3,3	24,8	196,2	86
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Мясо тушеное с овощами в соусе	200	27,1	25,2	20,7	280,5	290
	Салат из горошка зеленого консервированного	50	0,9	0,2	2,1	18,0	10
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Чай с сахаром	180	0,3	0,0	26,0	69,9	411
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		661	33,7	28,9	89,3	644,8	
Полдник	Напиток кисломолочный "Снежок"	200	5,8	5,0	8,0	74,0	420
	Печень по-строгановски	80	19,8	10,9	5,9	211,2	582
	Каша гречневая	150	12,0	7,3	54,4	186,7	179
	Салат из свежих огурцов	50	0,9	0,2	0,5	6,0	13
	Хлеб пшеничный 40	30	3,0	0,3	19,7	40,0	
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		541	42,0	23,8	104,2	558,1	
Итого за 6 день:			94,2	83,9	248,8	1619,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись _____
расшифровка подписи _____

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 7							
Завтрак	Каша вязкая пшенная	150	7,8	6,4	32,2	131,6	182
	Пудинг из творога с рисом	60	16,1	12,3	18,6	131,4	250
	Бутерброд с маслом	30/5	0,1	8,3	0,1	65,0	1
	Кофейный напиток с молоком	180	2,2	1,9	11,9	43,0	414
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		426	26,1	28,8	62,8	371,0	
2-ой Завтрак	Напиток груша-дичка	100	0,6	0,6	14,7	62,0	
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	0,6	0,6	14,7	62,0	
Обед	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	180	7,4	2,7	19,6	143,9	90
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Птица тушеная	70	26,0	30,1	3,0	201,3	318
	Макароны отварные	130	5,8	4,8	37,0	118,6	205
	Салат из свежих помидоров с луком	50	0,7	1,9	2,1	14,0	205
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Компот из сушеных фруктов	180	0,1	0,1	18,3	77,0	394
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		651	42,2	38,2	95,8	635,0	
Полдник	Кефир	180	5,8	5,0	8,4	74,0	420
	Рагу из овощей	150	3,3	10,5	20,1	118,9	148
	Яйцо отварное	40	2,3	0,2	14,8	60,0	227
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	40,0	
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Ватрушка	60	7,1	4,8	53,6	181,9	441
	Яблоко	100	0,6	0,6	14,7	52,0	386
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		591	24,9	25,4	113,4	552,0	
Итого за 7 день:			93,9	93,0	286,7	1620,0	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Сезон: ВЕСНА

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

Возрастная категория: сад 5-7

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 8							
Завтрак	Суп молочный с овсяными хлопьями "Геркулес"	200	6,1	6,5	17,3	266,3	101
	Бутерброд с маслом	20/5	0,1	8,3	0,1	64,5	1
	Чай с молоком	180	2,2	1,9	12,0	43,0	413
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		406	26,9	31,9	72,5	373,8	
2-ой Завтрак	Кисель из натурального сока	100	1,1	0,2	38,0	63,0	400
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	1,1	0,2	38,0	63,0	
Обед	Суп картофельный с клецками	180	3,2	6,0	18,8	189,4	91
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Запеканка картофельная с субпродуктами	200	20,6	9,9	41,5	293,4	626
	Салат из свежих огурцов	50	0,9	0,2	1,9	18,0	13
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Сок фруктовый яблочный	180	0,8	0,1	15,2	56,0	418
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		661	28,1	18,0	95,8	637,0	
Полдник	Ряженка	200	5,8	5,0	8,0	74,0	420
	Котлеты рыбные паровые	80	25,6	11,9	10,8	173,6	273
	Капуста тушеная	150	3,1	4,2	12,3	75,0	143
	Хлеб пшеничный 40	40	3,0	0,3	19,7	40,0	
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Пряник	50	3,1	1,1	37,8	143,2	
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		541	42,0	22,7	104,8	546,0	
Итого за 8 день:			97,6	73,2	287,9	1619,8	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

Сезон: ВЕСНА

Возрастная категория: сад 5-7

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель _____

СИНИЧУК О.И.

подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 9							
Завтрак	Каша вязкая пшеничная	180	6,0	6,3	20,8	218,1	182
	Бутерброд с сыром	30/5/15	5,1	7,7	16,1	84,4	3
	Чай с сахаром	180	0,0	0,0	8,3	45,0	411
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		411	11,1	14,0	45,2	347,5	
2-ой Завтрак	Напиток витаминизированный	100	0,6	0,6	14,7	63,0	
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	0,6	0,6	14,7	63,0	
Обед	Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,8	3,8	8,6	120,7	73
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Котлеты рубленные из птицы	70	12,7	14,2	8,8	185,2	322
	Пюре картофельное	130	3,6	4,8	25,2	166,2	339
	Салат из белокачанной капусты	50	0,6	0,8	1,8	19,0	21
	Хлеб пшеничный 20	20	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Напиток из плодов шиповника	180	0,5	0,2	15,6	75,9	417
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		661	21,4	23,4	76,0	647,2	
Полдник	Напиток кисломолочный "Снежок"	180	5,6	5,2	22,4	89,0	420
	Лапшевник с творогом	200	27,5	15,0	4,4	244,0	224
	Хлеб пшеничный 30	30	2,3	0,2	14,8	40,0	
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Печенье	50	2,7	2,3	11,4	53,0	
	Банан	100	2,7	2,3	11,4	96,0	386
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		581	45,3	32,7	109,0	562,2	
Итого за 9 день:			78,9	70,4	268,2	1619,9	

Меню приготавливаемых блюд

Приложение № 8
к СанПиН 2.3/2.4.3590-
20

Учреждение: МАДОУ МО г. Краснодар "Д/С № 170"

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель

СИНИЧУК О.И.

Сезон: ВЕСНА

Возрастная категория: сад 5-7

_____ подпись расшифровка подписи

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			Белки	Жиры	Углеводы		
День: 10							
Завтрак	Каша вязкая рисовая	200	7,9	8,7	44,6	246,0	182
	Бутерброд с маслом	30/5	0,1	8,3	0,1	65,0	1
	Какао с молоком	180	3,1	2,5	12,9	47,1	416
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Завтрак		416	11,0	19,5	57,6	358,1	
2-ой Завтрак	Сок фруктовый виноградный	100	0,5	0,5	11,2	63,0	386
Общий выход всех блюд на 2-ой Завтрак		100	0,5	0,5	11,2	63,0	
Обед	Борщ с фасолью и картофелем	180	3,1	3,9	13,8	185,8	69
	Хлеб ржаной	30	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Тефтели мясные	70	16,4	18,4	13,4	210,1	304
	Свекла, тушенная с яблоками	130	2,7	7,1	22,2	94,8	146
	Хлеб пшеничный 20	30	1,5	0,2	9,8	40,0	
	Компот из сушеных фруктов	180	0,3	0,0	26,0	77,0	394
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Обед		621	25,4	29,9	93,2	647,9	
Полдник	Кефир	180	5,8	5,0	8,0	74,0	420
	Запеканка морковная с творогом	150	4,5	11,0	33,5	135,4	168
	Салат из кукурузы (консервированной)	50	0,6	3,7	1,8	26,0	13
	Хлеб пшеничный 30	20	2,3	0,2	14,8	40,0	
	Хлеб ржаной	20	1,4	0,3	8,0	40,2	
	Булочка "Веснушка"	50	7,1	4,8	45,0	183,2	456
	Яблоко	100	0,6	0,6	14,7	52,0	386
	Соль	1	0,0	0,0	0,0	0,0	
Общий выход всех блюд на Полдник		571	21,7	25,1	119,3	550,8	
Итого за 10 день:			58,7	75,0	284,7	1619,8	
Итого за весь период:			827,2	812,0	2630,0	16198,6	
Среднее значение за период:			82,7	81,2	263,0	1619,8	
Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности:			3,9	3,8	12,3		

