

Заказчик:  
Заведующий



Приложение  
к соглашению от 04.04.2022  
Исполнитель:  
Директор

**ПРИМЕРНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**Зима-Осень**

**для детей дошкольного возраста 3-7 лет, 12 часовой режим функционирования**

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 1 вариант</b> <b>День 1 вариант</b> <b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПой (РИСОВОЙ)	180					ТТК №107
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					394
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30/10					1
	<b>Итого за завтрак</b>	420	9,7	14,4	45,8	361,1	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180					399
	<b>Итого за 2 завтрак</b>	180	0,9	0,2	17,7	75,1	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ БЕЛОКАЧНОЙ КАПУСТЫ	50					20
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180					ТТК №88
	КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70					ТТК №62
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130					321
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180					376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
<b>Итого за обед</b>	670	21,2	20,4	89,7	634,8		
<b>Полдник</b>	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					ТТК №7
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					392
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					467
<b>Итого за Полдник</b>	450	25,8	20,9	79,4	612,4		
<b>Всего за день:</b>		57,6	55,9	232,6	1 683,4		



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 1 вариант День 2 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150				ТТК №72	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200				400	
	БАТОН	30					
<b>Итого за завтрак</b>		<b>380</b>	<b>23,2</b>	<b>24,7</b>	<b>27,6</b>	<b>432,8</b>	
<b>2 Завтрак</b>							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200				368	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50				33	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180				ТТК №44	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/30				ТТК №75	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>650</b>	<b>20,0</b>	<b>17,6</b>	<b>84,9</b>	<b>586,6</b>	
<b>Полдник</b>							
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С ЯБЛОКАМИ	150				ТТК №157	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60				350	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				395	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>28,1</b>	<b>21,6</b>	<b>61,9</b>	<b>571,7</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>72,1</b>	<b>64,7</b>	<b>193,4</b>	<b>1 682,3</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 1 вариант</b>							
<b>День 3 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180				ТТК №83	
	КАКАО С МОЛОКОМ	180				397	
	БАТОН	20					
	ЯЙЦА ВАРЕНЬЕ	45				213	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>425</b>	<b>19,8</b>	<b>13,4</b>	<b>69,7</b>	<b>479,2</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180				399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50					
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/10				ТТК №28	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130				166	
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30				354	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>707</b>	<b>24,1</b>	<b>23,1</b>	<b>82,5</b>	<b>652,5</b>	
<b>Полдник</b>	ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)	50				324	
	ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА"	140				ТТК № 32	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50				350	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				372	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	45					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>465</b>	<b>24,8</b>	<b>33,6</b>	<b>71,1</b>	<b>691,6</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>69,6</b>	<b>70,3</b>	<b>241,0</b>	<b>1 898,4</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 1 вариант День 4 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180					ТТК №106
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180					394
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15					3
<b>Итого за завтрак</b>		<b>420</b>	<b>14,4</b>	<b>15,2</b>	<b>48,6</b>	<b>395,2</b>	
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200					368
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	60					
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180					ТТК №47
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150					ТТК №67
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>630</b>	<b>33,8</b>	<b>35,1</b>	<b>66,7</b>	<b>722,8</b>	
<b>Полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ МАКАРОН С ТВОРОГОМ	150					ТТК №150
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50					351
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА	200					401
	БУЛОЧКА ВЕСНУШКА	50					473
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>21,3</b>	<b>19,6</b>	<b>75,9</b>	<b>577,3</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>70,3</b>	<b>70,7</b>	<b>210,2</b>	<b>1 786,5</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 1 вариант День 5 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180				ТТК №104	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				395	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				2	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>435</b>	<b>13,2</b>	<b>11,6</b>	<b>73,5</b>	<b>457,4</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	180				399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50				20	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ НА М/Б	180				ТТК №87/1	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150				ТТК №7	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>630</b>	<b>25,8</b>	<b>21,7</b>	<b>90,6</b>	<b>667,2</b>	
<b>Полдник</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					
	КОТЛЕТЫ ИЛИ БИТОЧКИ РЫБНЫЕ ЗАПЕЧЕННЫЕ	70/5				ТТК №77	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (РИСОВАЯ)	130				166	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				398	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>475</b>	<b>17,5</b>	<b>15,3</b>	<b>83,3</b>	<b>564,1</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>57,4</b>	<b>48,8</b>	<b>265,1</b>	<b>1 763,8</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 2 вариант</b>							
<b>День 6 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180				ТТК №83	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180				400	
	БАТОН	30					
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				7	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>400</b>	<b>16,9</b>	<b>12,5</b>	<b>55,1</b>	<b>400,6</b>	
<b>2 Завтрак</b>	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				388	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ СО СМЕТАНОЙ	200/20/10				ТТК №201	
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/50				ТТК №75	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200				376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					
<b>Итого за обед</b>		<b>770</b>	<b>22,7</b>	<b>18,5</b>	<b>87,0</b>	<b>621,8</b>	
<b>Полдник</b>	РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	70				ТТК №73	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130				321	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
	ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	75				458	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>492</b>	<b>20,7</b>	<b>11,2</b>	<b>93,0</b>	<b>566,2</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>61,0</b>	<b>42,7</b>	<b>267,4</b>	<b>1 726,1</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г			
<b>Неделя 2 вариант День 7 вариант</b>								
<b>Завтрак</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50						
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150						ТТК №72
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10						392
	БАТОН	30						
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>18,6</b>	<b>24,2</b>	<b>32,0</b>	<b>425,8</b>		
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180					399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>		
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50						
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/25						ТТК №202
	МАКАРОННИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ)	150						ТТК №64
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30						348
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180						372
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40						
<b>Итого за обед</b>		<b>655</b>	<b>25,2</b>	<b>15,7</b>	<b>84,7</b>	<b>600,7</b>		
<b>Полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ	150					ТТК №152	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50					350	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					394	
	БАТОН	30						
	ПЕЧЕНЬЕ	20						
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>25,9</b>	<b>23,2</b>	<b>85,3</b>	<b>660,7</b>		
<b>Всего за день:</b>			<b>70,5</b>	<b>63,4</b>	<b>220,2</b>	<b>1 766,2</b>		



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 2 вариант</b>							
<b>День 8 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5				ТТК №104	
	КАКАО С МОЛОКОМ	180				397	
	БАТОН	20					
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45				213	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>18,4</b>	<b>14,1</b>	<b>54,6</b>	<b>420,5</b>	
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200				368	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50				20	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	180/5				ТТК №47	
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70/30				ТТК №65	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130				321	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				393	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>682</b>	<b>16,7</b>	<b>23,3</b>	<b>59,1</b>	<b>530,8</b>	
<b>Полдник</b>	СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА"	120				ТТК № 59	
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50				355	
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				398	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50				478	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>24,9</b>	<b>31,1</b>	<b>92,7</b>	<b>767,8</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>60,8</b>	<b>69,3</b>	<b>225,4</b>	<b>1 810,3</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 2 вариант День 9 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180				ТТК №105	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180				400	
	БАТОН	30					
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				7	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>400</b>	<b>17,9</b>	<b>12,5</b>	<b>59,4</b>	<b>422,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180				399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50				33	
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180				ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	150/5				ТТК №68	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>635</b>	<b>26,6</b>	<b>18,4</b>	<b>86,7</b>	<b>648,4</b>	
<b>Полдник</b>	ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ	150				ТТК №154	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50				351	
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА	200				401	
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				467	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>24,1</b>	<b>18,5</b>	<b>74,0</b>	<b>568,2</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>69,5</b>	<b>49,6</b>	<b>237,8</b>	<b>1 714,4</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 2 вариант</b>							
<b>День 10 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150					ТТК №72
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	200					
	БАТОН	30					
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>21,5</b>	<b>26,7</b>	<b>37,8</b>	<b>483,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180				399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА К/Б	180					ТТК №88/1
	ПТИЦА, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150					ТТК №66
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	200					376
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	50					
<b>Итого за обед</b>		<b>670</b>	<b>23,8</b>	<b>16,4</b>	<b>86,8</b>	<b>594,2</b>	
<b>Полдник</b>	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70/5					
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	150					ТТК №61
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10					166
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					392
<b>Итого за Полдник</b>		<b>445</b>	<b>21,3</b>	<b>17,3</b>	<b>67,6</b>	<b>519,4</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>67,5</b>	<b>60,6</b>	<b>210,3</b>	<b>1 672,9</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 3 вариант</b>							
<b>День 11 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (РИСОВОЙ)	180				ТТК №107	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180				395	
	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	35/10				1	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>405</b>	<b>9,9</b>	<b>14,1</b>	<b>48,1</b>	<b>368,6</b>	
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200				368	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	180				ТТК №87	
	МАКАРОНИК С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ)	150				ТТК №64	
	СОУС ТОМАТНЫЙ	30				348	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180				372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
<b>Итого за обед</b>		<b>670</b>	<b>23,7</b>	<b>11,9</b>	<b>105,3</b>	<b>644,3</b>	
<b>Полдник</b>	ИКРА СВЕКОЛЬНАЯ ИЛИ МОРКОВНАЯ (МОРКОВНАЯ)	50				54	
	БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА"	70				ТТК № 33	
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50				355	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	35					
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				467	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>452</b>	<b>17,6</b>	<b>24,1</b>	<b>74,4</b>	<b>594,0</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>51,9</b>	<b>51,0</b>	<b>247,3</b>	<b>1 702,0</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 3 вариант</b>							
<b>День 12 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (МАННАЯ)	180/5				ТТК №83	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	45				213	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180				400	
	БАТОН	20					
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>19,3</b>	<b>14,2</b>	<b>49,8</b>	<b>404,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				388	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50				33	
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ	180				ТТК №47	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				ТТК №61	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130				166	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
<b>Итого за обед</b>		<b>660</b>	<b>24,0</b>	<b>23,3</b>	<b>100,3</b>	<b>715,9</b>	
<b>Полдник</b>	ЗАПЕКАНКА РИСОВАЯ	150				ТТК №153	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50				351	
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА	200				401	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
	ПЕЧЕНЬЕ	20					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>15,9</b>	<b>13,4</b>	<b>85,2</b>	<b>534,3</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>59,9</b>	<b>51,4</b>	<b>267,2</b>	<b>1 791,9</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 3 вариант</b>							
<b>День 13 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	180				ТТК №105	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				394	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				2	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>415</b>	<b>13,3</b>	<b>10,2</b>	<b>77,1</b>	<b>457,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180				399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180				ТТК №88	
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70/30				ТТК №65	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	130				336	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180				376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
<b>Итого за обед</b>		<b>720</b>	<b>21,2</b>	<b>20,0</b>	<b>88,3</b>	<b>629,9</b>	
<b>Полдник</b>	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70				ТТК №74	
	КАРТОФЕЛЬ, ЗАПЕЧЕННЫЙ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150				151	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50				478	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>500</b>	<b>20,9</b>	<b>16,8</b>	<b>73,1</b>	<b>536,3</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>56,3</b>	<b>47,2</b>	<b>256,6</b>	<b>1 699,5</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 3 вариант День 14 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					ТТК №155
	МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150					
	КАКАО С МОЛОКОМ	200					
	БАТОН	20					
<b>Итого за завтрак</b>		<b>420</b>	<b>13,7</b>	<b>17,7</b>	<b>60,2</b>	<b>460,7</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180				399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50					ТТК №28/1
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА М/Б	180					
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150					
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180					
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>600</b>	<b>23,4</b>	<b>20,8</b>	<b>64,9</b>	<b>546,7</b>	
<b>Полдник</b>	ФРИКАДЕЛЬКИ "ВКУСНЯШКА"	140					ТТК № 32
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50					
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>27,5</b>	<b>35,2</b>	<b>85,3</b>	<b>785,4</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>65,5</b>	<b>73,9</b>	<b>228,1</b>	<b>1 867,9</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 3 вариант</b>							
<b>День 15 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180				ТТК №106	
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				7	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				395	
	БАТОН	40					
<b>Итого за завтрак</b>		<b>430</b>	<b>13,6</b>	<b>11,3</b>	<b>52,8</b>	<b>368,5</b>	
<b>2 Завтрак</b>	ЯБЛОКИ, ФАРШИРОВАННЫЕ ИЗЮМОМ	110				388	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>110</b>	<b>0,7</b>	<b>0,5</b>	<b>31,9</b>	<b>137,0</b>	
<b>Обед</b>	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ НА К/Б	180				ТТК №44/1	
	ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	150				ТТК №66	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>630</b>	<b>22,5</b>	<b>20,5</b>	<b>88,1</b>	<b>629,6</b>	
<b>Полдник</b>	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	140/30				ТТК №75	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				393	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50				478	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>447</b>	<b>18,8</b>	<b>17,8</b>	<b>63,9</b>	<b>499,2</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>55,6</b>	<b>50,1</b>	<b>236,7</b>	<b>1 634,3</b>	



Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 4 вариант</b>							
<b>День 16 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПОЙ (ГРЕЧНЕВОЙ)	180				ТТК №106	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				395	
	БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ	30/5/20				2	
	БАТОН	20					
<b>Итого за завтрак</b>		<b>455</b>	<b>12,2</b>	<b>11,5</b>	<b>69,9</b>	<b>437,5</b>	
<b>2 Завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200				368	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	50					
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА К/Б	180				ТТК №47/1	
	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	150				ТТК №67	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180				376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					
<b>Итого за обед</b>		<b>600</b>	<b>33,9</b>	<b>35,3</b>	<b>63,5</b>	<b>712,7</b>	
<b>Полдник</b>	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	70				ТТК №74	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	150				344	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40					
	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ	50				467	
<b>Итого за Полдник</b>		<b>510</b>	<b>21,9</b>	<b>16,6</b>	<b>76,8</b>	<b>558,6</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>68,8</b>	<b>64,2</b>	<b>229,6</b>	<b>1 800,5</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 4 вариант</b>							
<b>День 17 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С КРУПКОЙ (РИСОВОЙ)	180				ТТК №107	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ	180				394	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30/5/10				3	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>405</b>	<b>11,4</b>	<b>13,4</b>	<b>43,6</b>	<b>347,2</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНО-ВИНОГРАДНЫЙ	180				399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>	САЛАТ ИЗ БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТЫ	50				20	
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	180/5				ТТК №200	
	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	70/30				ТТК №60	
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130				205	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					
<b>Итого за обед</b>		<b>685</b>	<b>21,2</b>	<b>24,6</b>	<b>93,7</b>	<b>695,4</b>	
<b>Полдник</b>	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150				ТТК №151	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	60				350	
	КЕФИР, АЦИДОФИЛИН, ПРОСТОКВАША, РЯЖЕНКА	200				401	
	БАТОН	40					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>36,7</b>	<b>27,3</b>	<b>58,4</b>	<b>646,3</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>70,2</b>	<b>65,5</b>	<b>213,4</b>	<b>1 764,0</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры		
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г				
<b>Неделя 4 вариант</b>									
<b>День 18 вариант</b>									
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (ГЕРКУЛЕСОВАЯ)	180/5				ТТК №104			
	КАКАО С МОЛОКОМ	180				397			
	СЫР (ПОРЦИЯМИ)	10				7			
	<b>Итого за завтрак</b>	БАТОН				25			
		<b>400</b>	<b>15,6</b>	<b>12,2</b>	<b>56,4</b>	<b>399,5</b>			
<b>2 Завтрак</b>									
<b>Итого за 2 завтрак</b>	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	180				368			
		<b>180</b>				<b>0,7</b>	<b>0,7</b>	<b>17,1</b>	<b>82,1</b>
<b>Обед</b>									
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50							
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ (ГОРОХ)	180						ТТК №87	
	ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (1 ВАРИАНТ)	70/30						ТТК №65	
	КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)	130						166	
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180						372	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30							
<b>Итого за обед</b>		<b>670</b>	<b>24,2</b>	<b>21,3</b>	<b>91,5</b>	<b>669,7</b>			
<b>Полдник</b>									
	БИТОЧКИ "КУЗИНА ЗАБАВА"	70				ТТК № 33			
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130				321			
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180				398			
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20							
	БУЛОЧКА ОСЕННЯЯ	50				478			
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>17,7</b>	<b>25,5</b>	<b>87,2</b>	<b>664,5</b>			
<b>Всего за день:</b>			<b>58,2</b>	<b>59,7</b>	<b>252,2</b>	<b>1 815,8</b>			

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 4 вариант День 19 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180				ТТК №85	
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/10/7				393	
	БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40/5/15				3	
<b>Итого за завтрак</b>		<b>437</b>	<b>11,8</b>	<b>12,4</b>	<b>47,0</b>	<b>355,1</b>	
<b>2 Завтрак</b>	СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180				399	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>180</b>	<b>0,9</b>	<b>0,2</b>	<b>17,7</b>	<b>75,1</b>	
<b>Обед</b>	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50					
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	180				ТТК №44	
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ	70				ТТК №61	
	РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130				344	
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180				376	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20					
<b>Итого за обед</b>		<b>670</b>	<b>20,1</b>	<b>19,3</b>	<b>77,3</b>	<b>577,4</b>	
<b>Полдник</b>	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА (ЗАПЕЧЕННЫЙ)	150				ТТК №156	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50				350	
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200				400	
	БАТОН	50					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>450</b>	<b>33,7</b>	<b>24,9</b>	<b>73,3</b>	<b>665,3</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>66,5</b>	<b>56,8</b>	<b>215,7</b>	<b>1 673,4</b>	

Прием пищи	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
<b>Неделя 4 вариант День 20 вариант</b>							
<b>Завтрак</b>	КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)	150				ТТК №105	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200				395	
	БАТОН	50					
<b>Итого за завтрак</b>		<b>400</b>	<b>13,9</b>	<b>7,4</b>	<b>72,1</b>	<b>410,5</b>	
<b>2 Завтрак</b>							
	ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)	200				368	
<b>Итого за 2 завтрак</b>		<b>200</b>	<b>0,8</b>	<b>0,8</b>	<b>19,0</b>	<b>91,2</b>	
<b>Обед</b>							
	ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ	50					
	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180				ТТК №28	
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (ПЕЧЕНЬ)	150				ТТК №79	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ	50				350	
	КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ	180				383	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	40					
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
<b>Итого за обед</b>		<b>680</b>	<b>18,3</b>	<b>18,2</b>	<b>99,2</b>	<b>649,9</b>	
<b>Полдник</b>							
	ПОМИДОРЫ СОЛЕННЫЕ	50					
	СИЧЕНИКИ "РЯБУШКА"	120				ТТК № 34	
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50				355	
	ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ	190/10				392	
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30					
	ПЕЧЕНЬЕ	30					
<b>Итого за Полдник</b>		<b>480</b>	<b>22,4</b>	<b>28,2</b>	<b>70,6</b>	<b>630,4</b>	
<b>Всего за день:</b>			<b>55,3</b>	<b>54,7</b>	<b>261,4</b>	<b>1 785,9</b>	

**ИТОГО ПО ПРИМЕРНОМУ МЕНЮ**

Итого	б	ж	уг	ккал
<b>Итого за период</b>	<b>1 206,9</b>	<b>1 114,6</b>	<b>4 479,0</b>	<b>33 356,1</b>
<b>Среднее значение за период</b>	<b>60,3</b>	<b>55,7</b>	<b>224,0</b>	<b>1667,8</b>