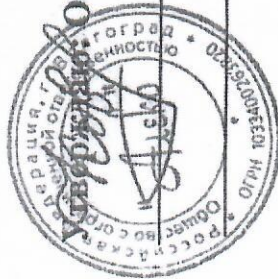




Согласовано

М.П. [подпись]



Удостоверено 000 Алеко

Ковалева А.В.

## ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

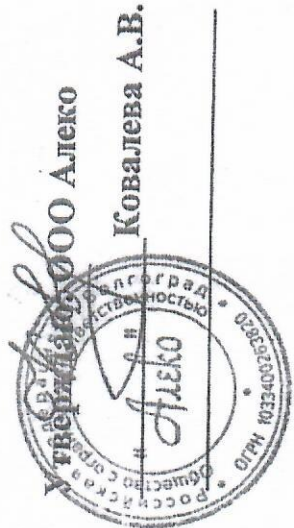
Весна-Лето

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

| Прием пищи             | Прием пищи, наименование блюда                   | Масса порции                     | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |      |
|------------------------|--------------------------------------------------|----------------------------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|------|
|                        |                                                  |                                  | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |      |
| Неделя 4<br>Вариант 19 | Завтрак                                          |                                  |                  |         |             |                               |              |                  |      |
|                        |                                                  | ИКРА КАБАЧКОВАЯ КОНСЕРВИРОВАННАЯ | 50               | 1,0     | 4,5         | 3,9                           | 59,5         |                  |      |
|                        |                                                  | ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ                | 150              | 15,3    | 18,9        | 2,9                           | 249,4        | ТТК №72          |      |
|                        |                                                  | ЧАЙ С МОЛОКОМ ИЛИ СЛИВКАМИ       | 200              | 3,0     | 2,5         | 15,6                          | 97,3         | 394              | 2011 |
|                        |                                                  | БАТОН                            | 30               | 2,3     | 0,9         | 15,4                          | 78,6         |                  |      |
|                        | Итого за завтрак                                 | 430                              | 21,6             | 26,8    | 37,8        | 484,8                         |              |                  |      |
| 2 Завтрак              | СОК ЯБЛОЧНО-АВРИКОСОВЫЙ                          | 200                              | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |      |
|                        | Итого за 2 завтрак                               | 200                              | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |              |                  |      |
|                        |                                                  |                                  |                  |         |             |                               |              |                  |      |
| Обед                   | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                    | 50                               | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |              |                  |      |
|                        | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ   | 180                              | 2,7              | 2,0     | 15,2        | 90,0                          | ТТК №88      |                  |      |
|                        | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                | 150                              | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         | ТТК №66      |                  |      |
|                        | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                        | 200                              | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376          | 2011             |      |
|                        | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                 | 40                               | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |      |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 50                               | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |              |                  |      |
|                        | Итого за обед                                    | 670                              | 23,9             | 16,4    | 88,4        | 599,9                         |              |                  |      |
| Уплотненный полдник    | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ              | 70                               | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №61      |                  |      |
|                        | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)           | 150                              | 8,1              | 5,6     | 36,9        | 234,4                         | 166          | 2011             |      |
|                        | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ | 180/10                           | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |      |
|                        | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                   | 30                               | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |              |                  |      |
|                        | Итого за 2 плотный                               | 450                              | 22,1             | 21,0    | 72,8        | 579,3                         |              |                  |      |
|                        | Всего за день:                                   |                                  | 68,6             | 64,4    | 218,6       | 1 807,4                       |              |                  |      |

Повар





ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Вечна-Лето

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

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                       | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептов |
|------------------------------|------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                      |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 4                     |                                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Вариант 16                   |                                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |
| Завтрак                      | КАША ЖИДКАЯ (ПШЕНИЧНАЯ)                              | 180          | 8,3              | 4,2     | 35,7        | 213,4                         | ТТК №105     |                  |
|                              | КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ                           | 200          | 3,1              | 2,4     | 17,1        | 103,1                         | 395          | 2011             |
|                              | БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ ИЛИ ПОВИДЛОМ                      | 30/5/20      | 2,3              | 3,7     | 27,4        | 156,7                         | 2            | 2011             |
|                              | БАТОН                                                | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
|                              | Итого за завтрак                                     |              | 455              | 15,2    | 10,9        | 90,5                          | 525,6        |                  |
| 2 Завтрак                    | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                               | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368          | 2011             |
|                              | Итого за 2 завтрак                                   | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |              |                  |
| Обед                         | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                        | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |              |                  |
|                              | ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ НА КУРИНОМ БУЛЬОНЕ | 180          | 2,0              | 3,6     | 7,2         | 70,2                          | ТТК №47      |                  |
|                              | ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ                    | 150          | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         | ТТК №66      |                  |
|                              | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                            | 180          | 0,0              | 0,0     | 14,0        | 55,8                          | 376          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                     | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                              | ПЕЧЕНЬЕ ШОКОЛАДНОЕ                                   | 30           | 2,3              | 2,9     | 22,3        | 125,1                         |              |                  |
|                              | Итого за обед                                        |              | 630              | 21,7    | 20,6        | 76,1                          | 580,7        |                  |
| Уплотненный полдник          | СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ                                        | 70           | 11,8             | 6,6     | 3,1         | 122,6                         | ТТК №74      |                  |
|                              | ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ                                    | 130          | 2,7              | 3,9     | 18,5        | 124,4                         | 321          | 2011             |
|                              | ЧАЙ С САХАРОМ, ВАРЕНЬЕМ, ДЖЕМОМ, МЕДОМ, ПОВИДЛОМ     | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                       | 40           | 3,1              | 0,2     | 20,1        | 94,7                          |              |                  |
|                              | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                    | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467          | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                      | 490          | 21,8             | 14,6    | 80,4        | 548,4                         |              |                  |
| Всего за день:               |                                                      |              | 59,5             | 46,9    | 266,0       | 1745,9                        |              |                  |
| Повар                        |                                                      |              |                  |         |             |                               |              |                  |







Согласовано  
 (подпись) сад  
 20.04.14 21.04.14

Утверждено: ООО Алеко  
 (подпись) Ковалева А.В.  
 10.06.2015

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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 | Сборник рецептов |
|------------------------------|--------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|-------------|------------------|
|                              |                                                  |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |             |                  |
| Завтрак                      | Икра кабачковая консервированная                 | 50           | 1,0              | 4,5     | 3,9         | 59,5                          |             |                  |
|                              | Омлет натуральный                                | 150          | 15,3             | 18,9    | 2,9         | 249,4                         | ТТК №72     |                  |
|                              | Чай с молоком или сливками                       | 200          | 3,0              | 2,5     | 15,6        | 97,3                          | 394         | 2011             |
|                              | Батон                                            | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 76,6                          |             |                  |
| Итого за завтрак             |                                                  | 430          | 21,6             | 26,8    | 37,8        | 484,8                         |             |                  |
| 2 Завтрак                    | Сок яблочно-абрикосовый                          | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399         | 2011             |
|                              | Итого за 2 завтрак                               | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |             |                  |
| Обед                         | Огурец свежий                                    | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |             |                  |
|                              | Суп с макаронными изделиями на курином бульоне   | 180          | 2,7              | 2,0     | 15,2        | 90,0                          | ТТК №88     |                  |
|                              | Птица, тушеная в соусе с овощами                 | 150          | 14,4             | 13,6    | 14,7        | 241,5                         | ТТК №66     |                  |
|                              | Компот из сушеных фруктов                        | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376         | 2011             |
|                              | Хлеб пеклеваный                                  | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |             |                  |
|                              | Хлеб пшеничный                                   | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |             |                  |
| Итого за обед                |                                                  | 670          | 23,9             | 15,4    | 88,4        | 599,9                         |             |                  |
| Уплотненный полдник          | Котлеты, биточки, шницели рубленые               | 70           | 11,6             | 15,2    | 11,0        | 234,5                         | ТТК №61     |                  |
|                              | Каша рассыпчатая с овощами (гречневая)           | 150          | 8,1              | 5,6     | 36,9        | 234,4                         | 166         | 2011             |
|                              | Чай с сахаром, вареньем, джемом, медом, повидлом | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392         | 2011             |
|                              | Хлеб пшеничный                                   | 30           | 2,3              | 0,2     | 15,1        | 71,0                          |             |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                  | 450          | 22,1             | 21,0    | 72,8        | 579,3                         |             |                  |
| Всего за день:               |                                                  |              | 68,6             | 64,4    | 218,6       | 1 807,4                       |             |                  |
| Повар                        |                                                  |              |                  |         |             |                               |             |                  |



Согласовано  
 20.05.2011  
 20.05.2011  
 20.05.2011

УТВЕРЖАЮ: ООО Алеко  
 Ковалева А.В.

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                                      | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры  | Сборник рецептов |
|------------------------------|---------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|
|                              |                                                                     |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |
| Неделя 2                     |                                                                     |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Вариант 8                    |                                                                     |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Завтрак                      | КАША ЖИДКАЯ (МАЧНАЯ)                                                | 180          | 7,3              | 4,2     | 31,4        | 191,3                         | ТТК №83       | 2011             |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                       | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           |                  |
|                              | БАТОН                                                               | 30           | 2,3              | 0,9     | 15,4        | 78,6                          |               |                  |
|                              | СЫР (ПОРЦИЯМИ)                                                      | 10           | 2,3              | 3,0     | 0,0         | 36,4                          | 7             |                  |
| Итого за завтрак             |                                                                     | 417          | 12,1             | 8,1     | 56,8        | 348,0                         |               |                  |
| 2 Завтрак                    |                                                                     |              |                  |         |             |                               |               |                  |
| Итого за 2 завтрак           | ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО)                                              | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368           | 2011             |
|                              |                                                                     | 200          | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |               |                  |
| Обед                         |                                                                     |              |                  |         |             |                               |               |                  |
|                              | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                       | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |               | ТТК №88          |
|                              | СУП С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ НА МЯСО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ                 | 180          | 2,7              | 2,1     | 14,5        | 89,2                          |               |                  |
|                              | ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ                                                     | 140/50       | 13,2             | 13,1    | 13,4        | 234,4                         | ТТК №75       |                  |
|                              | КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ                                           | 200          | 0,0              | 0,0     | 15,6        | 61,9                          | 376           |                  |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАНЫЙ                                                     | 50           | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |               |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                      | 50           | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |               |                  |
| Итого за обед                |                                                                     | 720          | 23,4             | 16,0    | 90,6        | 612,4                         |               |                  |
| Уплотненный полдник          |                                                                     |              |                  |         |             |                               |               |                  |
|                              | ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С МОРКОВЬЮ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ СЛАДКИМ С ВАНИЛЬЮ | 150/50       | 19,1             | 18,1    | 39,7        | 404,3                         | ТТК №152, 477 | 2011             |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                       | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           |                  |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                      | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |               |                  |
|                              | БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ                                                   | 50           | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467           |                  |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                                     | 467          | 24,9             | 22,1    | 88,3        | 689,3                         |               |                  |
| Всего за день:               |                                                                     |              | 61,2             | 47,0    | 254,7       | 1 810,9                       |               |                  |

Повар



Согласовано

Утверждаю: 0901

Утверждаю: 

ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-м ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Вечна-Лето

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

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                                                                                                                            | Масса порции   | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры  | Сборник рецептов |      |
|------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|---------------|------------------|------|
|                              |                                                                                                                                                           |                | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |               |                  |      |
| Неделя 2<br>Вариант 6        | Завтрак                                                                                                                                                   |                |                  |         |             |                               |               |                  |      |
|                              |                                                                                                                                                           |                | 180              | 7,3     | 4,2         | 31,4                          | 191,3         | ТТК №83          |      |
|                              |                                                                                                                                                           |                | 180/10/7         | 0,2     | 0,0         | 10,0                          | 41,7          | 393              | 2011 |
|                              |                                                                                                                                                           |                | 30               | 2,3     | 0,9         | 15,4                          | 78,6          |                  |      |
|                              |                                                                                                                                                           | Сыр (порциями) | 10               | 2,3     | 3,0         | 0,0                           | 36,4          | 7                | 2011 |
|                              | Итого за завтрак                                                                                                                                          | 417            | 12,1             | 8,1     | 56,8        | 348,0                         |               |                  |      |
| 2 Завтрак                    | Фрукты свежие (яблоко)                                                                                                                                    | 200            | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          | 368           | 2011             |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 200            | 0,8              | 0,8     | 19,0        | 91,2                          |               |                  |      |
| Обед                         | Огурец свежий<br>Суп с макаронными изделиями на мясо-костном бульоне<br>Голубцы ленивые<br>Компот из сушеных фруктов<br>Хлеб пеклеваный<br>Хлеб пшеничный | 50             | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |               |                  |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 180            | 2,7              | 2,1     | 14,5        | 89,2                          | ТТК №88       |                  |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 140/50         | 13,2             | 13,1    | 13,4        | 234,4                         | ТТК №75       |                  |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 200            | 0,0              | 0,0     | 15,5        | 61,9                          | 376           | 2011             |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 50             | 3,3              | 0,4     | 21,2        | 102,0                         |               |                  |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 50             | 3,8              | 0,3     | 25,1        | 118,4                         |               |                  |      |
| Итого за обед                | 720                                                                                                                                                       | 23,4           | 16,0             | 90,6    | 612,4       |                               |               |                  |      |
| Уплотненный полдник          | Запеканка из творога с морковью с соусом молочным сладким с ванилью<br>Чай с лимоном<br>Хлеб пшеничный<br>Булочка ванильная                               | 150/50         | 19,1             | 18,1    | 39,7        | 404,3                         | ТТК №152, 477 |                  |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 180/10/7       | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393           | 2011             |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 20             | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |               |                  |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 50             | 4,1              | 3,9     | 28,9        | 167,3                         | 467           | 2011             |      |
|                              |                                                                                                                                                           | 467            | 24,9             | 22,1    | 88,3        | 659,3                         |               |                  |      |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                                                                                                                           |                | 61,2             | 47,0    | 254,7       | 1 810,9                       |               |                  |      |
| Всего за день:               |                                                                                                                                                           |                |                  |         |             |                               |               |                  |      |
| Повар                        |                                                                                                                                                           |                |                  |         |             |                               |               |                  |      |

Повар \_\_\_\_\_



Согласовано

Заведующий мед. п. л.  
С. В. Панина

01.06.2015

Утверждено: ООО "Алеко"  
Ковалева А.В.



# ЕЖЕДНЕВНОЕ 20-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ

Весна-Лето

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

| Прием пищи                   | Прием пищи, наименование блюда                                    | Масса порции | Пищевые вещества |         |             | Энергетическая ценность, ккал | № рецеп-туры | Сборник рецептур |
|------------------------------|-------------------------------------------------------------------|--------------|------------------|---------|-------------|-------------------------------|--------------|------------------|
|                              |                                                                   |              | Белки, г         | Жиры, г | Углеводы, г |                               |              |                  |
| Неделя 1<br>Вариант 3        | Завтрак                                                           | 180          | 7,3              | 4,2     | 31,4        | 191,3                         | ТТК №83      |                  |
|                              |                                                                   | 190/10       | 0,1              | 0,0     | 9,8         | 39,4                          | 392          | 2011             |
|                              |                                                                   | 20           | 1,5              | 0,6     | 10,3        | 52,4                          |              |                  |
|                              |                                                                   | 64           | 5,5              | 5,0     | 0,3         | 68,6                          | 213          | 2011             |
|                              | Итого за завтрак                                                  | 445          | 14,4             | 9,8     | 51,8        | 351,7                         |              |                  |
| 2 Завтрак                    | СОК ЯБЛОЧНО-АБРИКОСОВЫЙ                                           | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          | 399          | 2011             |
|                              | Итого за 2 завтрак                                                | 200          | 1,0              | 0,2     | 19,6        | 83,4                          |              |                  |
| Обед                         | ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ                                                     | 50           | 0,4              | 0,1     | 0,9         | 6,5                           |              |                  |
|                              | БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ НА МЯСНО-КОСТНОМ БУЛЬОНЕ СО СМЕТАНОЙ | 180/10       | 1,7              | 5,1     | 9,2         | 95,5                          | ТТК №28      |                  |
|                              | ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ ИЛИ ПЕЧЕНЬЮ (печень)               | 150          | 10,0             | 6,8     | 25,3        | 215,8                         | ТТК № 79     |                  |
|                              | ЧАЙ С ЛИМОНОМ                                                     | 180/10/7     | 0,2              | 0,0     | 10,0        | 41,7                          | 393          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                    | 20           | 1,5              | 0,1     | 9,7         | 46,0                          |              |                  |
|                              | ХЛЕБ ПЕКЛЕВАННЫЙ                                                  | 40           | 2,6              | 0,4     | 17,0        | 81,6                          |              |                  |
|                              | Итого за обед                                                     | 647          | 16,4             | 12,5    | 72,1        | 487,1                         |              |                  |
| Уплотненный полдник          | ПЮРЕ ИЗ МОРКОВИ ИЛИ СВЕКЛЫ (СВЕКЛА)                               | 60           | 1,0              | 1,9     | 6,2         | 47,8                          | 324          | 2011             |
|                              | КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ РУБЛЕННЫЕ С СОУСОМ СМЕТАНЫМ             | 70/30        | 12,0             | 16,4    | 12,7        | 257,0                         | ТТК №61, 354 | 2011             |
|                              | КАША РАССЫПЧАТАЯ С ОВОЩАМИ (ГРЕЧНЕВАЯ)                            | 130          | 7,0              | 4,8     | 32,0        | 208,5                         | 166          | 2011             |
|                              | КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ                                           | 180          | 0,1              | 0,1     | 20,9        | 86,0                          | 372          | 2011             |
|                              | ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ                                                    | 60           | 4,4              | 0,4     | 29,2        | 137,8                         |              |                  |
|                              | БУЛОЧКА ВЕСНУШКА                                                  | 50           | 4,0              | 3,0     | 29,6        | 160,9                         | 473          | 2011             |
| Итого за Уплотненный полдник |                                                                   | 580          | 28,5             | 26,6    | 130,6       | 898,0                         |              |                  |
|                              | Всего за день:                                                    |              | 60,3             | 49,1    | 274,1       | 1 820,2                       |              |                  |

Повар