


Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение детский сад № 465  
Ленинского района гор. Екатеринбурга  
(МАДОУ детский сад № 465)  
620142, Российская Федерация, г. Екатеринбург, ул. Фурманова, д. 3  
Тел./факс: (343) 257-07-98  
sadik465@mail.ru

УТВЕРЖДЕНО  
Заведующий МАДОУ детский сад № 465

 / С.В. Ткачева /  
Приказ № 80/23-од  
от « 01 » сентября 2023 г.

**ПРИМЕРНОЕ**  
**10-ти ДНЕВНОЕ МЕНЮ**  
**ВЕСНА-ЛЕТО**  
**от 1,5 до 3-х лет**



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
1 день.

Т. Карта	Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>						
7.091	Каша из пшена и риса молочная с маслом	124,76571	3,51143	4,08429	16,45143	150,000
7.261/1	Батон с маслом .	122,86000	2,34571	6,67571	16,04571	37,000
7.022-3	Чай с лимоном.	46,80000	0,03429	0,00286	11,07714	150,000
	<b>Итого:</b>	<b>294,42571</b>	<b>5,89143</b>	<b>10,76286</b>	<b>43,57428</b>	<b>337,000</b>
<b>Второй завтрак</b>						
7.346	Яблоко	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
	<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>						
7.19/1/3	Салат из морской капусты и моркови с яйцом и растительным маслом 30 гр.	55,00143	1,01714	4,86714	2,09286	30,000
7.н086-4	Суп гороховый со сметаной	89,93286	3,07571	2,69000	11,92286	150,000
7.н163	Котлета мясная	134,39143	9,31286	8,16429	2,80286	60,000
7.64с	Картофельное пюре.	113,48000	2,37429	3,01143	17,54143	120,000
7.115/1	Компот из сухофруктов.	57,96857	0,36714	0,02000	13,26571	150,000
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050	Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
	<b>Итого:</b>	<b>551,27429</b>	<b>19,64714</b>	<b>19,29286</b>	<b>70,18572</b>	<b>563,000</b>
<b>Полдник</b>						
7.023	Йогурт питьевой	102,00000	6,00000	3,84000	10,20000	150,000
7.6/12/2	Ватрушка со сметаной	258,74143	6,15000	9,43857	31,41429	60,000
	<b>Итого:</b>	<b>360,74143</b>	<b>12,15000</b>	<b>13,27857</b>	<b>41,61429</b>	<b>210,000</b>
	<b>Всего:</b>	<b>1 252,44143</b>	<b>38,18857</b>	<b>43,43429</b>	<b>165,47429</b>	<b>1 210,000</b>



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием

		2 день.				
Блюдо	Энергетическая ценность,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г	
<b>Завтрак</b>						
7.н043-1	Каша ячневая молочная со сливочным маслом	147,72143	4,37714	5,33000	18,32857	150,000
7.034	Батон с маслом, сыром 35/5/6 гр	140,77000	4,27571	6,77857	18,69571	46,000
7.036	Кофейный напиток на молоке	100,53143	2,85000	2,95714	13,96429	150,000
<b>Итого:</b>	<b>389,02286</b>	<b>11,50285</b>	<b>15,06571</b>	<b>50,98857</b>	<b>346,000</b>	
<b>Второй завтрак</b>						
7.031	Сок фруктовый	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>	
<b>Обед</b>						
7.013	Салат овощной с зеленым горошком	33,46286	0,76429	0,98571	4,95143	40,000
7.н145-1	Щи на мясном бульоне (воде) со сметаной.	51,93000	1,30571	2,29571	6,13143	150,000
7.114	Котлета из мяса кури	134,83143	7,82000	7,56429	5,73000	60,000
7.151-4	Макаронные изделия отварные .	164,34000	3,44429	4,84714	23,89143	120,000
7.15/10/2	Напиток из шиповника	67,71429	0,36000	0,00000	16,36000	150,000
7.002/1	Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050	Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>552,77858</b>	<b>17,19429</b>	<b>16,23285</b>	<b>79,62429</b>	<b>570,000</b>	
<b>Полдник</b>						
7.342	Кефир	67,20000	3,36000	3,84000	4,92000	120,000
7.н038/1	Омлет натуральный	152,57571	8,17000	10,32857	2,54286	100,000
7.015/2	Вафли	70,00000	0,64000	0,56000	16,18000	22,000
<b>Итого:</b>	<b>289,77571</b>	<b>12,17000</b>	<b>14,72857</b>	<b>23,64286</b>	<b>242,000</b>	
<b>Всего:</b>	<b>1 277,57715</b>	<b>41,36714</b>	<b>46,12713</b>	<b>164,35572</b>	<b>1 258,000</b>	



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
3 день.

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
7.026/3 Каша вязкая из гречи и риса молочная со сливочным маслом	183,64250	4,83070	6,61720	24,37760	180,000
7.261/1 Батон с маслом .	122,86000	2,34571	6,67571	16,04571	37,000
7.12/10/2 Чай с молоком	50,86286	0,98714	1,05571	8,41571	150,000
<b>Итого:</b>	<b>321,25000</b>	<b>7,69999</b>	<b>11,96713</b>	<b>45,22142</b>	<b>367,000</b>
<b>Второй завтрак</b>					
7.031 Сок фруктовый 100 г	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
7.367/1 Огурец консервированный	2,60000	0,15000	0,01714	0,45571	20,000
7.258/2 Свекольник вегетарианский со сметаной	74,12143	1,31143	2,94571	10,28143	150,000
7.н070/1 Жаркое по - домашнему (с фаршем)	242,35714	17,45000	17,68000	15,11286	180,000
7.115/2 Компот из сухофруктов.	57,96857	0,36714	0,02000	13,26571	150,000
7.002/1 Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050 Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>477,54714</b>	<b>22,77857</b>	<b>21,20285</b>	<b>61,67571</b>	<b>550,000</b>
<b>Полдник</b>					
7.338 Йогурт питьевой	102,00000	6,00000	3,84000	10,20000	120,000
7.004 Сгущеное молоко	49,37143	1,10571	1,30571	8,60143	15,000
7.н039-5 Запеканка творожная	271,27571	12,99571	16,96857	9,36286	100,000
7.308/6 Печенье	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>514,24714</b>	<b>22,18142</b>	<b>23,15428</b>	<b>43,52429</b>	<b>255,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 359,04428</b>	<b>53,15998</b>	<b>56,42426</b>	<b>160,52142</b>	<b>1 272,000</b>

Утверждаю: Заведующий МАДОУ 465  
Ткачева С.В.



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
4 день.

Блюдо	Энергетическая ценность,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
7.н124с- Каша пшеничная молочная со сливочным маслом .	164,75650	4,46060	6,45760	18,70550	180,000
7.261/1 Батон с маслом .	122,86000	2,34571	6,67571	16,04571	37,000
7.022-3 Чай с лимоном.	46,80000	0,03429	0,00286	11,07714	150,000
<b>Итого:</b>	<b>299,92000</b>	<b>6,09429</b>	<b>11,51571</b>	<b>42,70571</b>	<b>367,000</b>
<b>Второй завтрак</b>					
7.031 Сок фруктовый	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
7.18/2/2 Суп картофельный с макаронными изделиями	65,80143	1,57571	0,98571	11,83429	180,000
7.1/6/4 Яйцо отварное	35,16800	2,63450	2,22750	0,14850	20,000
7.114 Котлета из мяса куры	134,83143	7,82000	7,56429	5,73000	60,000
7.180-3/1 Рагу из овощей .	92,40857	2,39000	3,45714	12,04857	130,000
7.387/1 Кисель с плодово-ягодным вкусом	52,81714	0,00000	0,00000	12,43286	150,000
7.002/1 Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050 Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>446,35857</b>	<b>15,28571</b>	<b>12,54714</b>	<b>64,60572</b>	<b>590,000</b>
<b>Полдник</b>					
7.340 Снежок	99,60000	3,12000	3,84000	13,08000	120,000
7.346 Яблоко	39,60000	0,35143	0,35143	10,38429	100,000
7..8/12 Сдоба обыкновенная	208,12714	5,30714	3,81286	33,76857	60,000
<b>Итого:</b>	<b>347,32714</b>	<b>8,77857</b>	<b>8,00429</b>	<b>57,23286</b>	<b>280,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 139,60571</b>	<b>30,65857</b>	<b>32,16714</b>	<b>174,64429</b>	<b>1 317,000</b>



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
5 день.

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
7.н119с-1 Каша пшеничная молочная со сливочным маслом.	151,80143	4,61571	5,63000	17,52429	150,000
7.034 Батон с маслом, сыром 35/5/6 гр	140,77000	4,27571	6,77857	18,69571	46,000
7.036 Кофейный напиток на молоке	100,53143	2,85000	2,95714	13,96429	150,000
<b>Итого:</b>	<b>393,10286</b>	<b>11,74142</b>	<b>15,36571</b>	<b>50,18429</b>	<b>346,000</b>
<b>Второй завтрак</b>					
7.031 Сок фруктовый	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
7.29/1/3 Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом раст. маслом	42,01857	0,42857	2,68857	3,29286	30,000
7.274/4 Суп крестьянский на мясном бульоне со сметаной	70,46429	1,21857	3,03000	8,56286	150,000
7.н163 Котлета мясная	134,39143	9,31286	8,16429	2,80286	60,000
7.64с Картофельное пюре.	113,48000	2,37429	3,01143	17,54143	120,000
7.197/2 Компот из яблок	46,62286	0,05429	0,05143	11,09429	150,000
7.002/1 Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050 Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>507,47715</b>	<b>16,88858</b>	<b>17,48572</b>	<b>65,85430</b>	<b>560,000</b>
<b>Полдник</b>					
7.342 Кефир	67,20000	3,36000	3,84000	4,92000	120,000
7.004 Сгущеное молоко	49,37143	1,10571	1,30571	8,60143	15,000
7.н121/4 Лапшевник с творогом	314,98571	14,72714	18,24286	14,63143	100,000
7.308/6 Печенье	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>523,15714</b>	<b>21,27285</b>	<b>24,42857</b>	<b>43,51286</b>	<b>255,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 469,73715</b>	<b>50,40285</b>	<b>57,38000</b>	<b>169,65145</b>	<b>1 261,000</b>



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
6 день.

Блюдо	Энергетическая ценность,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
7.н162-2 Каша рисовая молочная со сливочным маслом .	145,80100	3,50810	5,27690	18,34560	180,000
7.261/1 Батон с маслом .	122,86000	2,34571	6,67571	16,04571	37,000
7.036 Кофейный напиток на молоке	100,53143	2,85000	2,95714	13,96429	150,000
<b>Итого:</b>	<b>350,15143</b>	<b>8,51428</b>	<b>14,45285</b>	<b>45,93857</b>	<b>367,000</b>
<b>Второй завтрак</b>					
7.031 Сок фруктовый	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
7.12/1/3 Салат из морковью с изюмом и растительным маслом	33,32429	0,35714	1,52143	5,19000	30,000
7.136 Борщ вегетарианский со сметаной	61,88286	1,10429	3,29143	6,56429	150,000
7.36/8/2 Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом	311,01286	14,06714	13,15429	28,20429	180,000
7.115/1 Компот из сухофруктов.	57,96857	0,36714	0,02000	13,26571	150,000
7.002/1 Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050 Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>564,68858</b>	<b>19,39571</b>	<b>18,52715</b>	<b>75,78429</b>	<b>560,000</b>
<b>Полдник</b>					
7.338 Йогурт питьевой	102,00000	6,00000	3,84000	10,20000	120,000
7.346 Яблоко	39,60000	0,35143	0,35143	10,38429	100,000
7.150 Ватрушка с повидлом	197,69143	3,87714	3,11714	35,00000	60,000
<b>Итого:</b>	<b>339,29143</b>	<b>10,22857</b>	<b>7,30857</b>	<b>55,58429</b>	<b>280,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 300,13144</b>	<b>38,63856</b>	<b>40,38857</b>	<b>187,40715</b>	<b>1 307,000</b>



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
7 день.

Блюдо	Энергетическая ценность,	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
7.н043/1 Каша ячневая молочная со сливочным маслом	166,80240	4,38840	6,15690	20,39340	180,000
7.261/1 Батон с маслом .	122,86000	2,34571	6,67571	16,04571	37,000
7.354/1 Чай с сахаром	36,81714	0,00000	0,00000	8,85429	150,000
<b>Итого:</b>	<b>307,39857</b>	<b>6,72285</b>	<b>12,00571</b>	<b>43,22857</b>	<b>367,000</b>
<b>Второй завтрак</b>					
7.031 Сок фруктовый	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
7.367/1 Огурец консервированный	2,60000	0,15000	0,01714	0,45571	20,000
7.27/2/4 Суп-пюре из разных овощей .	99,58571	2,27857	4,73143	10,42429	150,000
7.162с Плов из отварной кури	273,55714	21,48143	8,78571	23,30286	180,000
7.115/1 Компот из сухофруктов.	57,96857	0,36714	0,02000	13,26571	150,000
7.002/1 Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050 Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>534,21142</b>	<b>27,77714</b>	<b>14,09428</b>	<b>70,00857</b>	<b>550,000</b>
<b>Полдник</b>					
7.342 Кефир	67,20000	3,36000	3,84000	4,92000	120,000
7.н038/1 Омлет натуральный	152,57571	8,17000	10,32857	2,54286	100,000
7.015/2 Вафли	70,00000	0,64000	0,56000	16,18000	22,000
<b>Итого:</b>	<b>289,77571</b>	<b>12,17000</b>	<b>14,72857</b>	<b>23,64286</b>	<b>242,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 177,38570</b>	<b>47,16999</b>	<b>40,92856</b>	<b>146,98000</b>	<b>1 259,000</b>





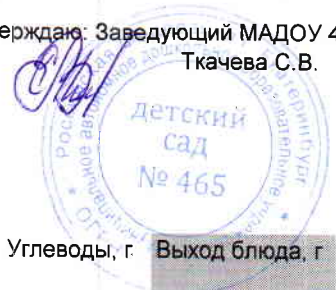
Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
**8 день.**

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
7.н066 Каша манная молочная со сливоч. маслом	127,26000	3,54571	4,53429	16,13000	150,000
7.034 Батон с маслом, сыром 35/5/6 гр	140,77000	4,27571	6,77857	18,69571	46,000
7.12/10/2 Чай с молоком	50,86286	0,98714	1,05571	8,41571	150,000
<b>Итого:</b>	<b>318,89286</b>	<b>8,80856</b>	<b>12,36857</b>	<b>43,24142</b>	<b>346,000</b>
<b>Второй завтрак</b>					
7.031 Сок фруктовый	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
7.375/4 Кукуруза консервированная	43,61286	0,47571	2,02857	6,91429	25,000
7.9/2/4 Рассольник со сметаной	106,74286	1,82143	4,16857	13,89429	150,000
7.163 Котлета мясная	152,69000	10,21000	9,37571	3,10143	60,000
7.н76с Капуста тушеная.	83,08000	2,38857	3,19143	11,78429	120,000
7.15/10/2 Напиток из шиповника	67,71429	0,36000	0,00000	16,36000	150,000
7.002/1 Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050 Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>554,34001</b>	<b>18,75571</b>	<b>19,30428</b>	<b>74,61430</b>	<b>570,000</b>
<b>Полдник</b>					
7.363-8 Ряженка	100,44000	3,58857	7,17857	4,90571	120,000
7.43-2/3/4 Макароны изделия отварные с сыром	170,57429	5,33714	3,96857	25,51143	110,000
7.015/2 Вафли	70,00000	0,64000	0,56000	16,18000	22,000
<b>Итого:</b>	<b>341,01429</b>	<b>9,56571</b>	<b>11,70714</b>	<b>46,59714</b>	<b>252,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 260,24716</b>	<b>37,62998</b>	<b>43,47999</b>	<b>174,55286</b>	<b>1 268,000</b>



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
9 день.

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
7.н080-2 Каша гречневая молочная со сливоч. маслом.	198,59230	5,86800	7,35020	25,27780	180,000
7.261/1 Батон с маслом .	122,86000	2,34571	6,67571	16,04571	37,000
7.036 Кофейный напиток на молоке	100,53143	2,85000	2,95714	13,96429	150,000
<b>Итого:</b>	<b>369,13286</b>	<b>9,80142</b>	<b>15,27571</b>	<b>48,53286</b>	<b>367,000</b>
<b>Второй завтрак</b>					
7.031 Яблоко	39,60000	0,35143	0,35143	10,38429	100,000
<b>Итого:</b>	<b>39,60000</b>	<b>0,35143</b>	<b>0,35143</b>	<b>10,38429</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
7.31/1 Салат из отварного картофеля с реп.луком,сол.огурцом раст.маслом	65,04000	0,78286	3,63714	5,99143	40,000
7.н145-1 Щи на мясном бульоне (воде) со сметаной.	51,93000	1,30571	2,29571	6,13143	150,000
7.190-1 Гуляш из мяса кури	119,30143	8,08286	8,54143	2,41286	80,000
7.153 Картофельное пюре.	113,48000	2,37429	3,01143	17,54143	120,000
7.387/1 Кисель с плодово-ягодным вкусом	52,81714	0,00000	0,00000	12,43286	150,000
7.002/1 Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050 Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>503,06857</b>	<b>16,04572</b>	<b>18,02571</b>	<b>67,07001</b>	<b>590,000</b>
<b>Полдник</b>					
7.340 Снежок	99,60000	3,12000	3,84000	13,08000	120,000
7.004 Сгущенное молоко	49,37143	1,10571	1,30571	8,60143	15,000
7.н039-5 Запеканка творожная	271,27571	12,99571	16,96857	9,36286	100,000
7.308/6 Печенье	91,60000	2,08000	1,04000	15,36000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>511,84714</b>	<b>19,30142</b>	<b>23,15428</b>	<b>46,40429</b>	<b>255,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 423,64857</b>	<b>45,49999</b>	<b>56,80713</b>	<b>172,39145</b>	<b>1 312,000</b>



Примерное 10ти дневное меню (сезонность весна-лето)  
для питания детей от 1,5 до 3х лет с 10,5 часовым пребыванием  
10 день.

Блюдо	Энергетическая ценность, ккал	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Выход блюда, г
<b>Завтрак</b>					
7.н124с Каша пшеничная молочная со сливочным маслом	130,26000	3,71429	4,83714	15,58286	150,000
7.034 Батон с маслом, сыром 35/5/6 гр	140,77000	4,27571	6,77857	18,69571	46,000
7.12/10/2 Чай с молоком	50,86286	0,98714	1,05571	8,41571	150,000
<b>Итого:</b>	<b>321,89286</b>	<b>8,97714</b>	<b>12,67142</b>	<b>42,69428</b>	<b>346,000</b>
<b>Второй завтрак</b>					
7.031 Сок фруктовый	46,00000	0,50000	0,10000	10,10000	100,000
<b>Итого:</b>	<b>46,00000</b>	<b>0,50000</b>	<b>0,10000</b>	<b>10,10000</b>	<b>100,000</b>
<b>Обед</b>					
7.013 Салат овощной с зеленым горошком	33,46286	0,76429	0,98571	4,95143	40,000
7.258/2 Свекольник вегетарианский со сметаной	74,12143	1,31143	2,94571	10,28143	150,000
7.н089 Суфле из печени.	119,79286	10,97286	6,13571	2,42857	60,000
7.368-1 Греча с овощами	137,81714	3,48143	4,52857	21,79000	120,000
7.197/2 Компот из яблок	46,62286	0,05429	0,05143	11,09429	150,000
7.002/1 Хлеб ржаной	54,30000	1,98000	0,36000	12,54000	30,000
7.050 Хлеб пшеничный	46,20000	1,52000	0,18000	10,02000	20,000
<b>Итого:</b>	<b>512,31715</b>	<b>20,08430</b>	<b>15,18713</b>	<b>73,10572</b>	<b>570,000</b>
<b>Полдник</b>					
7.346 Яблоко	39,60000	0,35143	0,35143	10,38429	100,000
7.354/1 Чай с сахаром	36,81714	0,00000	0,00000	8,85429	150,000
7.181 Пирожок с капустой	155,14571	4,49000	4,03286	22,35571	60,000
<b>Итого:</b>	<b>231,56285</b>	<b>4,84143</b>	<b>4,38429</b>	<b>41,59429</b>	<b>310,000</b>
<b>Всего:</b>	<b>1 111,77286</b>	<b>34,40287</b>	<b>32,34284</b>	<b>167,49429</b>	<b>1 326,000</b>