

Примерное цикличное меню ДОУ Ставропольского района на 2023-2024 уч.год.

Понедельник							1 неделя
завтрак							
№ рецептуры /ТК	Наименование блюда	вес блюда	Пищевые вещества			Эн.цен.	
			белки	жиры	углеводы	Ккал	
25.01.	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4,6	5,8		72	
04.01.	Каша молочная жидкая "Дружба" с маслом, сахаром (крупа рисовая, пшеничная, молоко, сахар - песок)	150/5/5	3,94	11,88	17,85	144	
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	020	3,04	0,32	19,44	95	
630.01.	Чай с молоком (чай черный листовой, сахар-песок, молоко)	180	1,05	1,2	13,04	67	
	всего:		12,63	19,20	50,33	378,00	
2 -ой завтрак							
293.08.	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1	0	23,4	48	
	всего:		1	0	23,4	48	
обед							
24.01.	Огурцы порционно (огурец свежий порциями, йодир.соль)	020	1,5	0,7	2,4	4	
138.01.	Суп картофельный с горохом (горох лущеный, св. картофель, морковь, лук репч., масло подсолн. раф., йодир.соль)	180	4,19	3,33	17,38	161	
23/6143213	Котлеты куриные с соусом (котлета кур п/ф, лук, морковь, томат.паста, йодир.соль)	050/30	8	9,46	7,59	153	
469.01.	Макаронные изделия отварные (макароны из пшеничной муки, подсолн. масло рафинир.,)	130	3,5	4,1	23,5	147	
283	Компот из сухофруктов (смесь компотная сушеная, сахар-песок)	180	1	0	18,2	102	
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5	
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2	
	всего:		22,5	18,3	93,6	689,7	
ужин							
б/н	Запеканка картофельная с рыбным фаршем (картофель п/ф, лук репчатый, филе минтая, мука пшеничная, йодир.соль)	165	3,08	7,13	15,68	255	
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0,26	0,06	15,22	59	
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5	
	всего:		5,71	7,49	45,39	384,50	
	Итого за день:		41,9	44,9	212,7	1500,2	

Вторник			1 неделя			
завтрак						
109.08.	Каша геркулесовая молочная (крупа овсяная "Геркулес", молоко, сливочное масло 72,5 %, сахар - песок, йодир.соль)	150/5/5	3,69	8,84	23,72	298
6,41E+08	Какао (какао порошок, сахар - песок, молоко питьевое)	180	1,9	1,85	10,09	60
2.01.	Бутерброд с маслом (мука пшеничная, сухое молоко, сахар - песок, йодир. соль, дрожжи, масло сливочное 72,5%)	10/30	5,08	0,53	23,53	113
	всего:		10,67	11,22	57,34	471,00
2 -ой завтрак						
ПР/542121	Десерт фруктовый (яблоко)	100	1,6	5,96	8,86	94
	всего:		1,6	6,0	8,9	94,0
обед						
120.01.	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной (св. картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подсолн. рафин., йодир.соль, томатная паста, сметана 15 %)	180/5	1,44	4,18	7,9	163
4/2362536	Рагу овощное с говядиной (говядина мякоть, св. картофель, лук репчатый, морковь, масло подсолн. рафинир., йодир.соль)	130/20	13,42	17,08	32,69	334,31
278.08.	Компот из апельсинов с яблоками (св. апельсины, яблоки, сахар - песок)	200	1		18,2	102
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		20,21	21,92	83,30	722,01
ужин						
291/б/н	Вареники ленивые с творогом (мука пшеничная, сахар - песок, соль йодир.,творог 9%, сливочное масло 72,5 %)	150	27,1	36,46	38,56	763
ПР/5421115	Печенье (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	050	10,06	23,92	1,6	266
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0,2	0,05	15,01	57
	всего:		37,4	60,4	55,2	1086,0
	Итого за день:		69,8	99,5	204,7	2373,0
Среда			1 неделя			

завтрак						
25.01.	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4,6	5,8		72
284.01.	Омлет натуральный (яйцо куриное, молоко, масло сливочное 72,5 %, йодир.соль)	100	20,99	33,48	4,08	400
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовый, сахар -песок)	180	0,2	0,05	15,01	57
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	030	3,04	0,32	19,44	95
	всего:		28,83	39,65	38,53	624,00
2 -ой завтрак						
293.08.	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23,4	48
	всего:		1	0	23	48
обед						
23.08.	Салат из свеклы отварной(порционнo) (свекла свежая, подсолн.масло рафин., йодир.соль)	040	1,5	0,7	2,4	84
139.01.	Суп картофельный с макаронными изделиями (св. картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолн. рафин., вермишель, йодир.соль)	180/005	1,57	4,64	10,36	83,39
403.01.	Плов из птицы (филе куриное) (филе куриное, крупа рисовая, св. морковь, лук репч.,подсолн. масло рафин., чеснок, йодир.соль)	120/30	15,415	12,435	34,129	245,147
702.1997	Компот из свежих яблок (св. яблоки, сахар - песок, лимонная кислота)	180	0,33		21,66	123
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		23,2	18,4	93,1	658,2
ужин						
482.01.	Капуста тушеная (б/к капуста свежая, морковь свежая, лук репчатый,подсолн.масло рафинир.,йодир.соль)	130	3,1	5,67	11,66	107
428	Палочки с крупой с соусом (палочки мясные с крупой п/ф, крупа, св. морковь, лук репчатый, томатная паста, подсолн. масло рафинир, йодир.соль)	50/30	10,47	9,33	6,93	165
289.08.	Напиток лимонный (св. лимон, сахар - песок)	180	0,68		21,01	47
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
	всего:		16,62	15,3	54,09	389,5
	Итого за день:		69,62	73,39	209,08	1719,74
Четверг						1 неделя
завтрак						

2.01.	Бутерброд с маслом (мука пшеничная, сухое молоко, сахар - песок, йодир. соль, дрожжи, масло сливочное 72,5%)	10/30	5,08	0,53	23,53	113
1142 008	Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром (крупа рисовая, молоко, йодир.соль)	150/5/5	3,69	8,84	23,72	298
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0,2	0,05	15,01	57
	всего:		9,0	9,4	62,3	468,0
2 -ой завтрак						
IP/6422111	Десерт фруктовый (апельсин)	100	1,6	5,96	8,86	94
	всего:		1,6	5,96	8,86	94
обед						
24/4112121	Зеленый горошек консервированный (зеленый горошек консервированный)	10	0,85	3,05	5,7	97
110.01.	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной (св. картофель, капуста, морковь, свекла, лук репчатый, подсолн. масло рафин., йодир. соль)	180/005	1,57	4,64	10,36	83,39
1,42E+08	Крокеты с соусом (крокеты мясные п/ф, лук репчатый, св. морковь, томатная паста, подсолн. масло, мука пшеничная)	050/30	19,55	26,4	62,75	550
221.08.	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, йодир.соль)	130	10,28	7,73	52,68	327
289.08.	Напиток из шиповника (шиповник сушеный, сахар- песок)	180	19,55	26,4	62,75	550
IP/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
IP/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		56,15	68,88	218,75	1730,09
ужин						
297.01.	Запеканка из творога с молоком сгущенным (творог 9 %, мука пшеничная, яйцо куриное, молоко сгущенное, сахар - песок, йодир.соль)	150	23,125	17,627	33,046	361
7021 997	Компот из свежих яблок (св. яблоки, сахар - песок, лимонная кислота)	180	0,33		21,66	123
IP/5421115	Печенье (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	050	10,06	23,92	1,6	266
	всего:		33,52	41,55	56,31	750,00
	Итого за день:		33,52	41,55	56,31	750,00
Пятница					1 неделя	
завтрак						

25.01.	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4,6	5,8		72
284.01.	Омлет натуральный (яйцо куриное, сухое молоко, масло сливочное 72,5 %, йодир.соль)	100	20,99	33,48	4,08	400
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0,2	0,05	15,01	57
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	030	3,04	0,32	19,44	95
	всего:		28,83	39,65	38,53	624,00
2 -ой завтрак						
293.08.	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23,4	48
	всего:		1	0	23	48
обед						
24/5556431	Огурцы порционно (огурец свежий порциями, йодир.соль)	020	0,16	0,02	0,52	2,8
2/56415669	Рассольник ленинградский со сметаной (св. картофель, морковь, свекла, лук репчатый, томатная паста, сахар - песок, лимонная кислота, йодир.соль, подсолн. масло рафинир., сметана 15 %)	180/005	1,98	4,89	14,44	101,6
69/6566342	Макаронные изделия отварные (макароны из пшеничной муки, подсолн. масло рафинир., йодир.соль)	130	3,5	4,1	23,5	147
0/ы000001	Стейк(Шницель) из курицы с соусом (стейк из курицы рубленный, мука пшеничная, св. морковь, лук репчатый, томатная паста, подсолн. масло рафинир., йодир. соль)	50/30	7,34	6,052	5,042	269,992
3/ы000000	Компот из сухофруктов (смесь компотная сушеная, сахар- песок)	180	1		18,2	102
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		18,33	15,722	86,212	746,092
ужин						
239.08.	Картофель отварной (картофель свежий, подсолнечное масло рафинир., йодир.соль)	150	3,08	7,13	15,68	155
78/6314326	Голубцы ленивые с соусом (голубцы с капустой п/ф, подсолн.масло, лук репчатый, морковь свежая, томатная паста, сахар - песок, йодир.соль)	50/30	8,94	10,03	9,97	133,166
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
629.1996	Чай с лимоном (чай черный листовой, сахар - песок, лимон свежий)	180/7	0,243	0,046	13,761	53,71
	всего:		14,633	17,506	53,901	412,376
	Итого за день:		62,79	72,88	202,04	1830,47
Понедельник					2 неделя	
завтрак						

25.01.	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4,6	5,8		72
04.01.	Каша молочная жидкая "Дружба" с маслом, сахаром (крупа рисовая, пшеничная, сухое молоко, сахар - песок)	150/5/5	3,94	11,88	17,85	144
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0,2	0,05	15,01	57
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	030	3,04	0,32	19,44	95
	всего:		11,78	18,05	52,30	368,00
2 -ой завтрак						
293.08.	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23,4	48
	всего:		1	0	23	48
обед						
24/4112121	Кукуруза консервированная (кукуруза консервированная)	010	1,5	0,7	2,4	84
139.01.	Суп картофельный с макаронными изделиями (св. картофель, морковь, лук репчатый, масло подсолн. рафин., вермишель, йодир.соль)	180	2,042	1,92	17,24	90,37
401.01.	Гуляш из птицы (филе куриное) (филе куриное, лук репчатый, подсолнечное масло рафин., йодир.соль)	080	13,31	17,06	3,63	218,83
270.01.	Каша пшеничная рассыпчатая (крупа пшеничная, йодир. соль, подсолнечное раст. масло)	130	5,92	7,964	42,64	265,95
702.1997.	Компот из свежих яблок (св. яблоки, сахар - песок, лимонная кислота)	180	0,33		21,66	123
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		27,452	28,304	112,08	904,85
ужин						
472.1996.	Картофель на молоке (картофель свежий, молоко, подсолнечное масло рафинир., йодир.соль)	130	3,04	4	21,62	121,23
324.01.	Котлета рыбная Любительская с соусом (филе минтая, лук репчатый, мука пшеничная, яйцо куриное, томатная паста, морковь, йодир.соль)	50/30	6,65	4,88	8,24	85,06
289.08.	Напиток лимонный (св. лимон, сахар - песок)	200	0,68		21,01	47
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
	всего:		12,74	9,18	65,36	323,79
	Итого за день:		52,97	55,53	253,14	1644,64
Вторник					2 неделя	
завтрак						

04.02.	Каша манная молочная жидкая с маслом, сахаром (крупа манная, молоко,сливочное масло 72,5 %, сахар - песок, йодир.соль)	150/5/5	5,88	12,06	33,16	264
629.1996	Чай с лимоном (чай черный листовой, сахар - песок, лимон свежий)	180/7	0,243	0,046	13,761	53,71
2.01.	Бутерброд с маслом (мука пшеничная,сахар - песок, йодир. соль, дрожжи, масло сливочное 72,5%)	10/30	5,08	0,53	23,53	113
	всего:		11,203	12,636	70,451	430,71
2 -ой завтрак						
IP/6422111	Десерт фруктовый (апельсин)	100	1,6	5,96	8,86	94
	всего:		1,6	5,96	8,86	94
обед						
60	Винегрет овощной (св. картофель, свекла, морковь, лук репч., зеленый горошек конс., огурцы конс.в лимонной заливке, масло подсолн. рафин., йодир.соль)	30	0,5	3,09	2,74	39,5
120.01.	Щи из свежей капусты с картофелем, со сметаной (св. картофель, капуста, морковь, лук репч., масло подсолн. рафин., йодир.соль, томатная паста, сметана 15 %)	180/5	1,55	4,65	7,776	74,23
428	Палочки с крупой с соусом (палочки мясные с крупой п/ф, св. морковь, лук репчатый, томатная паста, подсолн. масло рафинир, йодир.соль)	50/30	19,55	26,4	62,75	550
469.01.	Макаронные изделия отварные (макароны из пшеничной муки, подсолн. масло рафинир., йодир.соль)	130	3,5	4,1	23,5	147
289.08.	Напиток из шиповника (шиповник сушенный, сахар- песок)	180	0,68		21,01	47
IP/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
IP/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		30,13	38,9	142,286	980,43
ужин						
297.01.	Запеканка из творога с молоком сгущенным (творог 9 %, мука пшеничная, яйцо куриное, молоко сгущенное, сахар - песок, йодир.соль)	150	23,125	17,627	33,046	361
702.1997	Компот из свежих яблок (св. яблоки, сахар - песок, лимонная кислота)	180	0,33		21,66	123
IP/5421115	Печенье (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	050	10,06	23,92	1,6	266
	всего:		33,52	41,55	56,31	750,00
	Итого за день:		76,45	99,04	277,90	2255,14
Среда					2 неделя	
завтрак						

25.01.	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4,6	5,8		72
284.01.	Омлет натуральный (яйцо куриное, молоко, масло сливочное 72,5 %, йодир.соль)	100	20,99	33,48	4,08	400
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0,2	0,05	15,01	57
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	030	3,04	0,32	19,44	95
	всего:		28,83	39,65	38,53	624,00
2 -ой завтрак						
293.08.	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1		23,4	48
	всего:		1	0	23	48
обед						
24.01.	Огурцы порционно (огурец свежий порциями, йодир.соль)	020	0,16	0,02	0,52	2,8
110.01.	Борщ с капустой и картофелем, со сметаной (св. картофель, капуста, морковь, свекла, лук репчатый, подсолн. масло рафин., йодир. соль)	180/005	1,57	4,64	10,36	83,39
423.1996.	Биточки с соусом (биточки куриные п/ф, раст.масло, лук, морковь, томат.паста, йодир.соль)	050/30	9,63	8,92	8,86	118
465.01.	Рис отварной (крупа рисовая, йодир.соль)	150	3,08	7,13	15,68	155
702.01.	Компот из сухофруктов (смесь компотная сушеная, сахар - песок, лимонная кислота)	180	0,33	0	21,66	123
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		19,12	21,37	81,59	605,26
ужин						
482.01.	Капуста тушеная (б/к капуста свежая, морковь свежая, лук репчатый,подсолн.масло рафинир.,йодир.соль)	130	3,1	5,67	11,66	107
23/6143213	Котлеты куриные с соусом (котлета куриная п/ф, подс. масло, лук, морковь, томат.паста, йодир.соль)	050/30	10,84	10,03	9,97	133,166
629.1996	Чай с лимоном (чай черный листовой, сахар - песок, лимон свежий)	180/7	0,243	0,046	13,761	53,71
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
	всего:		16,553	16,046	49,881	364,376
Итого за день:			65,50	77,07	193,40	1641,64
Четверг					2 неделя	
завтрак						

114.2008.	Каша рисовая молочная жидкая с маслом, сахаром (крупа рисовая, молоко, йодир.соль)	150/5/5	3,69	8,84	23,72	298
6,41E+08	Какао (какао порошок, сахар - песок, молоко питьевое)	180	1,9	1,85	10,09	60
2.01.	Бутерброд с маслом (мука пшеничная, сухое молоко, сахар - песок, йодир. соль, дрожжи, масло сливочное 72,5%)	10/30	5,08	0,53	23,53	113
	всего:		10,67	11,22	57,34	471
2 -ой завтрак						
ПР/542121	Десерт фруктовый (яблоко)	100	1,6	5,96	8,86	94
	всего:		1,6	5,96	8,86	94
обед						
138.01.	Суп картофельный с горохом (горох лущеный, св. картофель, морковь, лук репч., масло подсолн. раф., йодир.соль)	180	4,27	3,9	16,7	115
403.01.	Плов из птицы (филе куриное) (филе куриное, крупа рисовая, св. морковь, лук репч., подсолн. масло рафин., чеснок, йодир.соль)	120/30	15,415	12,435	34,129	245,147
278.08.	Компот из апельсинов с яблоками (св. апельсины, яблоки, сахар - песок)	200	0,68	0	21,01	47
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		24,715	16,995	96,349	529,847
ужин						
291/б/н	Вареники ленивые с творогом (мука пшеничная, сахар - песок, соль йодир., творог 9%, сливочное масло 72,5 %)	150	17	15	22,8	300
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0,2	0,05	15,01	57
ПР/5421115	Печенье (мука пшеничная, сахар - песок, йодир.соль, дрожжи, подсолн. масло)	050	10,06	23,92	1,6	266
	всего:		27,26	38,97	39,41	623,00
Итого за день:			64,25	73,15	201,96	1717,85
Пятница 2 неделя						
завтрак						
25.01.	Сыр порциями (сыр полутвердый 45%)	010	4,6	5,8		72

109.08.	Каша геркулесовая молочная (крупа овсяная "Геркулес", молоко, сливочное масло 72,5 %, сахар - песок, йодир.соль)	150/5/5	3,69	8,84	23,72	298
630.01.	Чай с молоком (чай черный листовой, сахар-песок, сухое молоко)	180	1,05	1,2	13,04	67
ПР	Батон пшеничный (мука пшеничная, сахар, йодир.соль, дрожжи)	020	3,04	0,32	19,44	95
	всего:		12,38	16,16	56,20	532,00
2 -ой завтрак						
293.08.	Сок фруктовый (сок в ассортименте для детского питания)	100	1	0	23,4	48
	всего:		1	0	23	48
обед						
24.01.	Овощи свежие порционно	020	0,16	0,02	0,52	2,8
82/5512121	Суп крестьянский с крупой (св. картофель, морковь, лук репчатый, б/к капуста, крупа, подсолн. масло рафин., йодир. соль)	180	1,06	3,54	4,38	53,68
36	Тефтели с соусом (тефтели куриные п/ф, крупа, яйцо куриное, лук репчатый, йодир.соль, св. морковь, томатная паста, подсолнечное масло рафин.)	50/30	8	9,46	7,59	153
221.08.	Каша гречневая рассыпчатая (крупа гречневая, йодир.соль)	130	10,28	7,73	52,68	327
278.08.	Компот из апельсинов с яблоками (св. апельсины, яблоки, сахар - песок)	180	0,68	0	21,01	47
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
ПР/55544	Хлеб ржаной (мука ржаная, пшеничная, йодир.соль, дрожжи)	020	1,98	0,36	10,02	52,2
	всего:		24,53	21,41	110,69	706,18
ужин						
221.08.	Рис отварной (крупа рисовая, йодир.соль)	130	10,28	7,73	52,68	327
23/6143213	Котлеты куриные с соусом (котлеты куриные, лук, подсолн. масло, морковь, томат.паста, йодир.соль)	050/30	10,84	6,92	3,83	240
628.01.	Чай с сахаром (чай черный листовой, сахар -песок)	180	0,2	0,05	15,01	57
ПР/233121	Хлеб пшеничный (мука пшеничная, вода, дрожжи, йодир.соль)	020	2,37	0,3	14,49	70,5
	всего:		23,7	15,0	86,0	694,5
Итого за день:			61,60	52,57	276,30	1980,68