

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>		<b>2042</b>	<b>59</b>	<b>60</b>	<b>274</b>	<b>1878</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>425</b>	<b>10</b>	<b>11</b>	<b>65</b>	<b>398</b>	
	Каша геркулесовая на немолоке без масла сливочного	200	6,54	6,67	38,69	240,92	8/4/1
	Какао на немолоке	200	1,54	4,05	13,93	98,33	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	
<b>ОБЕД</b>		<b>717</b>	<b>23</b>	<b>22</b>	<b>90</b>	<b>645</b>	
	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	50	1,31	1,57	6,72	46,30	3/1/1
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	1,94	1,27	13,22	72,10	18/2/1
	Кнели мясные паровые без сливочного мяса	70	11,89	12,01	3,91	171,29	27/8/1
	Картофельное пюре без молочных продуктов	150	2,86	6,17	22,98	158,86	3/3/1
	Витаминный напиток (Витошка)	180			17,28	69,12	53/1/5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	47	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>270</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	<b>55</b>	<b>345</b>	
	Печенье	70	4,48	11,76	47,95	315,56	
	Компот из сухофруктов	200	0,30	0,06	7,00	29,73	6/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>530</b>	<b>21</b>	<b>16</b>	<b>54</b>	<b>443</b>	
	Рагу из овощей	150	2,41	4,31	14,34	105,73	18/3/1
	Суфле из печени без молочных продуктов.	65	15,66	7,18	6,42	153,00	35/8/1
	Чай на немолоке	200	1,31	3,87	13,81	95,32	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Яблоки	95	0,38	0,38	9,31	42,18	
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>		<b>1952</b>	<b>45</b>	<b>44</b>	<b>232</b>	<b>1504</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>405</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>47</b>	<b>246</b>	
	Каша безмолочная ассорти (рис, гречка) без масла сливочного	200	3,46	3,77	28,91	163,45	18/4/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,01	6,00	24,35	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	
<b>ОБЕД</b>		<b>652</b>	<b>17</b>	<b>14</b>	<b>77</b>	<b>504</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Помидоры	50	0,55	0,10	1,90	10,70	
	Суп из овощей без сметаны	200	1,65	5,02	9,06	87,95	14/2/1
	Голубцы с мясом говядины и рисом (ленивые) без молочных продуктов	150	10,48	8,27	9,66	154,95	31/8/1
	Кисель плодово-ягодный	185	0,09		30,78	123,47	9/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	47	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>270</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	<b>54</b>	<b>340</b>	
	Чай с сахаром	200	0,06	0,02	6,00	24,39	10/10/1
	Печенье	70	4,48	11,76	47,95	315,56	
<b>УЖИН</b>		<b>525</b>	<b>17</b>	<b>14</b>	<b>43</b>	<b>366</b>	
	Свекла, тушеная без соуса	150	2,26	1,65	13,27	77,00	16/3/1
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные без молочных продуктов	80	12,41	11,92	7,27	185,95	22/8/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,01	5,00	20,36	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Апельсины	95	0,86	0,19	7,70	35,91	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>	<b>2069</b>	<b>48</b>	<b>36</b>	<b>241</b>	<b>1478</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>375</b>	<b>9</b>	<b>8</b>	<b>65</b>	<b>366</b>	
	Каша пшенная на немолоке без масла сливочного	150	5,40	3,88	35,71	199,37	11/4/1
	Кофейный напиток на немолоке	200	1,58	3,91	16,62	107,98	13/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	
<b>ОБЕД</b>		<b>888</b>	<b>20</b>	<b>15</b>	<b>97</b>	<b>605</b>	
	Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,05	
	Борщ без сметаны	200	1,72	4,18	11,13	88,93	2/2/1
	Печень по-строгановски без молочных продуктов	70	8,75	6,50	3,57	107,75	9/8/1
	Каша рисовая рассыпчатая	150					45/3/1
	Каша рисовая рассыпчатая без сливочного масла	150	3,71	4,03	39,01	207,11	45/3/1
	Компот из изюма	200	0,31		16,47	67,15	4/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	48	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>226</b>	<b>2</b>	<b>1</b>	<b>18</b>	<b>88</b>	
	Батон чайный	25	1,93	0,75	12,53	64,55	
	Сыр (порциями)	1	0,26	0,27		3,45	5/13/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Чай с сахаром	200	0,06	0,01	5,00	20,36	10/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>480</b>	<b>17</b>	<b>11</b>	<b>51</b>	<b>371</b>	
	Картофельное пюре без молочных продуктов	150	2,86	6,17	22,98	158,86	3/3/1
	Кнели рыбные (паровые) без сливочного масла	80	11,55	4,48	2,81	97,72	10/7/1
	Чай с сахаром	180	0,11	0,03	5,01	20,77	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Банан	50	0,75	0,25	10,50	47,25	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>	<b>2018</b>	<b>53</b>	<b>57</b>	<b>250</b>	<b>1723</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>405</b>	<b>4</b>	<b>7</b>	<b>39</b>	<b>236</b>	
	Каша рисовая на немолоке без масла сливочного	180	1,00	3,20	11,49	78,76	7/4/1
	Чай на немолоке	200	1,26	3,86	14,80	98,93	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	
<b>ОБЕД</b>		<b>778</b>	<b>27</b>	<b>20</b>	<b>91</b>	<b>653</b>	
	Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,05	
	Суп картофельный с бобовыми на курином бульоне	200	10,79	10,81	17,82	211,62	17/2/1
	Картофельное пюре без молочных продуктов	180	3,36	6,52	26,92	179,69	3/3/1
	Тефтели рыбные без соуса	80	7,97	1,70	5,15	67,77	11/7/1
	Компот из свежих плодов	200	0,18	0,18	14,39	59,90	390/5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	48	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>270</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>64</b>	<b>420</b>	
	Кофейный напиток на немолоке	200	1,58	3,91	15,62	103,99	13/11/1
	Печенье	70	4,48	11,76	47,95	315,56	
<b>УЖИН</b>		<b>465</b>	<b>15</b>	<b>14</b>	<b>45</b>	<b>367</b>	
	Макаронные изделия отварные без сливочного масла	100	2,97	3,75	18,82	120,89	43/3/1
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные без молочных продуктов	70	10,19	9,59	2,46	136,88	22/8/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,01	5,00	20,36	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Яблоки	95	0,38	0,38	9,31	42,18	
	<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>	<b>1758</b>	<b>44</b>	<b>41</b>	<b>244</b>	<b>1524</b>	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>425</b>	<b>8</b>	<b>8</b>	<b>50</b>	<b>306</b>	
	Каша кукурузная на немолоке без масла сливочного	200	4,97	3,89	23,55	149,06	4/4/1
	Какао на немолоке	200	1,54	4,05	13,93	98,33	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>			<b>10</b>	<b>38</b>	
	Витаминный напиток (Витошка)	100			9,60	38,40	53/1/5
<b>ОБЕД</b>		<b>688</b>	<b>24</b>	<b>25</b>	<b>72</b>	<b>607</b>	
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	50	0,38	5,05	1,18	51,59	14/1/1
	Щи со свежей капустой без сметаны	200	1,56	2,15	7,01	53,64	6/2/1
	Плов из мяса кур	170	17,29	16,78	31,10	344,62	4/9/1
	Компот из сухофруктов	200	0,40	0,08	7,01	30,34	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	48	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>100</b>	<b>6</b>	<b>5</b>	<b>75</b>	<b>366</b>	
	Пряник	50	2,95	2,35	37,50	182,95	
	Пряник	50	2,95	2,35	37,50	182,95	
<b>УЖИН</b>		<b>445</b>	<b>6</b>	<b>4</b>	<b>37</b>	<b>206</b>	
	Капуста тушеная	150	3,62	3,24	13,23	96,37	8/3/1
	Чай с сахаром	180	0,11	0,03	5,01	20,77	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Яблоки	95	0,38	0,38	9,31	42,18	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>	<b>2073</b>	<b>57</b>	<b>48</b>	<b>286</b>	<b>1800</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>430</b>	<b>7</b>	<b>5</b>	<b>67</b>	<b>335</b>	
	Каша рисовая на немолоке без масла сливочного	200	4,70	4,34	49,59	256,22	7/4/1
	Чай с сахаром	180	0,04	0,01	5,00	20,23	10/10/1
	Хлеб с сыром	25					3/13/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	
<b>ОБЕД</b>		<b>738</b>	<b>28</b>	<b>17</b>	<b>103</b>	<b>676</b>	
	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	50	1,31	3,37	6,72	62,48	3/1/1
	Свекольник без сметаны	200	1,73	4,22	12,66	95,46	5/2/1
	Печень без молочных продуктов	90	11,93	6,48	8,63	140,49	10/8/1
	Каша гречневая рассыпчатая с	130	7,91	2,02	36,05	193,99	44/3/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	овощами без сливочного масла Копия						
	Напиток из шиповника	200	0,44	0,18	13,30	56,59	15/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	48	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>270</b>	<b>5</b>	<b>12</b>	<b>53</b>	<b>336</b>	
	Чай с сахаром	200	0,06	0,01	5,00	20,36	10/10/1
	Печенье	70	4,48	11,76	47,95	315,56	
<b>УЖИН</b>		<b>535</b>	<b>17</b>	<b>14</b>	<b>52</b>	<b>406</b>	
	Капуста тушеная	150	3,51	3,22	12,54	93,07	8/3/1
	Фрикадельки из мяса говядины припущенные без молочных продуктов	70	10,45	10,18	4,12	149,80	22/8/1
	Компот из сухофруктов	200	0,34	0,07	6,00	26,02	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Банан	95	1,43	0,48	19,95	89,78	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>	<b>1973</b>	<b>60</b>	<b>71</b>	<b>246</b>	<b>1864</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>425</b>	<b>7</b>	<b>13</b>	<b>57</b>	<b>371</b>	
	Каша ассорти на немолоке (рис, кукуруза) без сливочного масла	200	2,98	3,54	30,47	165,73	17/4/1
	Кофейный напиток на немолоке	200	1,58	3,91	14,62	100,00	13/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный с маслом	25	1,96	5,28	12,39	104,86	1/13/1
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	
<b>ОБЕД</b>		<b>668</b>	<b>31</b>	<b>19</b>	<b>71</b>	<b>579</b>	
	Помидоры	60	0,66	0,12	2,28	12,84	
	Суп картофельный с рыбой	200	8,17	4,71	14,25	132,00	19/2/1
	Жаркое по домашнему без сливочного масла	140	17,08	13,46	14,32	246,81	292/5
	Компот из свежих плодов	200	0,18	0,18	14,39	59,90	390/5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	48	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>270</b>	<b>6</b>	<b>16</b>	<b>61</b>	<b>410</b>	
	Печенье	70	4,48	11,76	47,95	315,56	
	Какао на немолоке	200	1,55	4,05	12,94	94,41	14/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>510</b>	<b>16</b>	<b>23</b>	<b>46</b>	<b>458</b>	
	Рагу из овощей	180	2,87	5,16	17,07	126,20	18/3/1
	Кнели мясные паровые без сливочного мяса	70	10,17	14,09	2,01	175,59	27/8/1
	Чай на немолоке	180	1,22	3,50	11,54	82,45	12/10/1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Яблоки	60	0,24	0,24	5,88	26,64	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 3</b>	<b>2053</b>	<b>61</b>	<b>61</b>	<b>235</b>	<b>1735</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>425</b>	<b>10</b>	<b>13</b>	<b>66</b>	<b>421</b>	
	Каша геркулесовая на немолоке без масла сливочного	200	6,43	8,63	39,24	260,36	8/4/1
	Какао на немолоке	200	1,54	4,05	14,93	102,32	14/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	
<b>ОБЕД</b>		<b>758</b>	<b>32</b>	<b>24</b>	<b>80</b>	<b>667</b>	
	Огурцы свежие	50	0,40	0,05	1,25	7,05	
	Суп-лапша на курином бульоне без сливочного масла	200	8,70	6,60	16,72	161,04	20/2/1
	Биточки из мяса кур без молочных продуктов	90	15,63	16,82	9,15	250,44	5/9/1
	Морковь тушенная без соуса	150	1,98	0,17	13,86	64,87	10/3/1
	Компот из кураги и изюма	200	0,46	0,02	13,63	56,52	4/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	48	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>225</b>	<b>3</b>	<b>5</b>	<b>24</b>	<b>151</b>	
	Батон к чаю	25	1,93	0,75	12,53	64,55	
	Чай на немолоке	200	1,24	3,85	11,80	86,80	12/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>545</b>	<b>16</b>	<b>19</b>	<b>53</b>	<b>448</b>	
	Картофельное пюре без молочных продуктов	180	3,35	7,47	26,86	188,10	339/5
	Тефтели из мяса говядины без молочных продуктов	70	9,82	11,47	4,68	161,23	20/8/1
	Чай с сахаром	180	0,06	0,01	4,00	16,37	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Апельсины	95	0,86	0,19	7,70	35,91	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>	<b>2042</b>	<b>46</b>	<b>45</b>	<b>260</b>	<b>1627</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>		<b>425</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>64</b>	<b>376</b>	
	Каша пшенная на немолоке без масла сливочного	200	5,80	5,16	38,31	222,89	11/4/1
	Чай на немолоке	200	1,26	3,85	13,80	94,91	12/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	25	1,90	0,20	12,30	58,60	
<b>10 ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>БЕД</b>		<b>748</b>	<b>25</b>	<b>18</b>	<b>88</b>	<b>618</b>	
	Суп-пюре из картофеля без молочных продуктов	200	1,84	3,54	13,66	93,82	25/2/1
	Гуляш из мяса говядины	90					11/8/1
	Гуляш из мяса говядины без масла сливочного	90	13,92	11,59	3,30	173,20	11/8/1
	Макаронные изделия отварные без сливочного масла	120	4,51	2,53	28,58	155,13	43/3/1
	Витаминный напиток (Витошка)	180			17,28	69,12	53/1/5
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	
	Хлеб ржаной 0,5	48	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ОЛДНИК</b>		<b>260</b>	<b>4</b>	<b>10</b>	<b>46</b>	<b>291</b>	
	Печенье	60	3,84	10,08	41,10	270,48	
	Чай с сахаром	200	0,06	0,01	5,00	20,36	10/10/1
<b>ЖИН</b>		<b>509</b>	<b>7</b>	<b>7</b>	<b>50</b>	<b>294</b>	
	Каша кукурузная на немолоке без масла сливочного	200	5,00	6,79	23,60	175,50	4/4/1
	Чай с сахаром	190	0,06	0,01	5,00	20,36	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	24	1,82	0,19	11,81	56,26	
	Яблоки	95	0,38	0,38	9,31	42,18	
	<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>	<b>2053</b>	<b>64</b>	<b>57</b>	<b>231</b>	<b>1695</b>	
<b>АВТРАК</b>		<b>406</b>	<b>6</b>	<b>14</b>	<b>45</b>	<b>325</b>	
	Суп на немолоке с лапшой	180	2,37	4,50	16,04	114,09	21/2/1
	Кофейный напиток на немолоке	200	1,58	3,91	15,62	103,99	13/11/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный с маслом	26	2,04	5,29	12,88	107,20	1/13/1
<b>О ЧАСОВ</b>		<b>100</b>	<b>1</b>	<b>0</b>	<b>11</b>	<b>47</b>	
	Сок 1,0	100	0,50	0,10	11,00	46,90	
<b>БЕД</b>		<b>788</b>	<b>37</b>	<b>25</b>	<b>73</b>	<b>669</b>	
	Салат из свежих огурцов с растительным маслом	60	0,45	6,05	1,40	61,82	14/1/1
	Рассольник на курином бульоне без сметаны	200	7,57	8,47	10,76	149,60	9/2, 1
	Картофельное пюре без молочных продуктов	180	3,35	7,47	26,86	188,10	3/3/1
	Суфле из рыбы без молочных продуктов.	80	20,22	2,70	1,89	112,72	14/7/1
	Компот из сухофруктов	200	0,30	0,06	7,00	29,74	6/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
	Хлеб ржаной 0,5	48	3,10	0,56	15,70	80,28	
<b>ПОЛДНИК</b>		<b>230</b>	<b>3</b>	<b>8</b>	<b>39</b>	<b>246</b>	
	Печенье	50	3,20	8,40	34,25	225,40	
	Чай с сахаром	180	0,06	0,01	5,00	20,36	10/10/1
<b>УЖИН</b>		<b>529</b>	<b>18</b>	<b>9</b>	<b>63</b>	<b>408</b>	
	Рагу из овощей	150	2,46	4,32	14,68	107,38	18/3/1
	Запеканка из печени с рисом без масла сливочного	80	12,32	4,15	11,78	133,78	311/5
	Чай с сахаром	180	0,14	0,04	5,02	20,95	10/10/1
	Хлеб пшеничный витаминизированный	24	1,82	0,19	11,81	56,26	
	Банан	95	1,43	0,48	19,95	89,78	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>20029</b>	<b>537</b>	<b>520</b>	<b>2500</b>	<b>16827</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>2003</b>	<b>54</b>	<b>52</b>	<b>250</b>	<b>1683</b>	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		<b>13</b>	<b>28</b>	<b>59</b>		

**Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню:**

- 1 Сборник технических нормативов для питания детей в дошкольных учреждениях 1 часть и 2 часть  
 Методические рекомендации и технические документы.  
 Д.В.Гращенко, Л.И. Николаева 2011г
- 5 Сборник рецептур на продукцию для питания детей в дошкольных образовательных организациях.  
 Могильный М.П. Тутельян В.А. 2015г.