

Согласовано с заместителем начальника
территориального отдела Управления
Роспотребнадзора по Республике Татарстан
(Татарстан) в Сабинском, Мамадышском,
Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя
Исполнительного комитета Кукморского
муниципального района - начальник
Управления образования:



Р.М.Мансуров

**Примерное меню для дошкольных групп сельских школ
на осенне-зимний период 2018-2019 уч. года
(для детей от 3-х до 7 лет)**

Исполнитель : специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 1 Завтрак 8.30-9.00	Макароны, запеченные с сыром, с маслом сливочным.	150/5/14	8,1	8,6	32,1	239,3	В-0,1 Е-1,0	211
	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,3	15,1	108,4	Е-0,7	1
	Чай с сахаром	180	0,1		12,9	51,8		к/к
	Печенье или вафли	20	1,5	1,9	14,5	80,9		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,1	442
Обед 12.00-13.00	Салат из моркови	60	0,7	0,1	6,8	31,2	С-1,2 Е-0,4 А-1,1	41
	Суп картофельный с геркулесом на мясокостном бульоне	250	7,0	4,4	17,0	134,4	В-0,1 С-4,6 А-0,3	98
	Жаркое по-домашнему	210	12,6	14,4	23,9	277,4	В-0,1 С-10,2 А-0,6 Е-2,7	258
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник	Пирожки печеные с капустой	80	7,3	10,0	38,6	273,5	В-0,1 С-9,3 Е-2,7	451
15.30-16.00	Кофейный напиток	180	4,2	3,4	15,3	108,9	В-0,1 С-0,7	432
	Апельсин	67	0,60	0,1	5,4	28,8	С-40,2 Е-0,1	
	Всего за день		49,8	47,9	237,2	1584,4		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования:



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 2 Завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,4	6,1	29,7	200,6	В-0,1 С-0,6 Е-0,1	189
8.30-9.00	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,3	15,1	108,4	Е-0,6	1
	Кофейный напиток	180	4,2	3,4	15,3	108,9	В-0,1 С-0,7	432
	Печенье или вафли	20	0,6	0,7	15,0	68,7		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,1	442
Обед	Салат из свеклы	60	0,9	3,0	5,3	51,4	С-2,5 Е-1,4	33
12.00-13.00	Щи из свежей капусты с картофелем со сметаной на мясе –костном бульоне	250/10	7,1	5,3	13,3	132,9	С-18,9 А-0,3 Е-0,2	67
	Биточки рыбные запеченные	80	25,7	12,5	9,9	253,6	В-0,2 С-1,3 Е-2,1	259
	Каша гречневая рассыпчатая	150	6,4	9,7	28,6	226,4	В-0,1 Е-3,6	323
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17	81,6	В-0,1 Е-0,9	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	Е-0,6	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник	Омлет натуральный	100	8,4	12,6	1,8	154,2	С-0,2 А-0,2 Е-2,1	214
15.30-16.00	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71	Е-0,6	
	Чай с молоком	180	2,6	2,2	12,3	79,6	С-0,5	к/к
	Банан	88	1,3	0,4	18,5	84,5	С-8,8	
	Всего за день:		73,6	61,1	235,5	1790,0		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 3 завтрак	Каша ячневая молочная жидкая	200	6,0	6,1	28,8	195,3	В-0,1 С-0,6 Е-0,1	189
8.30-9.00	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	4,6	7,2	15,1	144,4	С-0,1 Е-0,7	3
	Чай с молоком	180	2,6	2,2	12,3	79,6	С-0,5	к/к
	Печенье или вафли	20	1,5	2,0	14,9	83,4		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,1	442
Обед 12.00-13.00	Салат из белокочанной капусты	60	1,3	3,1	6,3	58,2	С-11,6 Е-1,3	35
	Свекольник на мясокостном бульоне со сметаной	250/10	7,3	5,3	18,3	153,9	В-0,1 С-9,2 А-0,3 Е-0,4	76
	Котлета рубленая из говядины	60	15,1	17,4	11,9	264,8	С-0,9 Е-3,4	272
	Пюре картофельное	150	3,1	5,1	21,1	143,0	В-0,1 С-10,2 Е-0,2	335
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник 15.30-16.00	Ватрушка с творогом	80	11,7	15,3	42,6	355,8	В-0,1 Е-2,7 С-0,1	453
	Молоко кипяченое	180	5	4,4	8,3	94,3	С-0,9	435
	Яблоко	88	0,3	0,3	8,5	41	С-8,7 Е-0,5	
	Всего за день:		60,0	65,8	243,2	1816,0		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования:



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 4 Завтрак	Каша манная молочная жидкая	200	5,6	6,0	27,3	185,6	С-0,6 Е-0,8	189
8.30-9.00	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,3	15,1	108,4	Е-0,7	1
	Какао-напиток на молоке	180	5,2	4,4	15,7	122,8	В-0,1 С-0,8	397
	Печенье или вафли	20	0,6	0,7	15,0	68,7		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,01	442
Обед 12.00-13.00	Салат из свеклы	60	0,9	3,0	5,3	51,4	С-2,5 Е-1,4	33
	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясо костном бульоне	250	6,6	3,9	17,7	132,2	В-0,1 С-4,6 А-0,2 Е-0,5	100
	Голубцы ленивые	210	15,3	17,8	18,8	298	С-23,9 Е-2,9	306
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник 15.30-16.00	Плошка с сахаром	80	6,4	10,8	40,1	284	В-0,1 Е-1,8	467
	Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	97,2	С-0,5	435
	Груша	90	0,4	0,3	9,3	42,3	С-4,5 Е-0,3	
	Всего за день:		53,9	56,4	228,6	1644,6		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамарышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 5 завтрак	Каша «Дружба»	200	5,5	6,3	28,7	195,3	В-0,1 С-0,6 Е-0,5	190
8.30-9.00	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	4,6	7,2	15,1	144,4	С-0,1 Е-0,7	3
	Кофейный напиток	180	4,2	3,4	15,3	108,9	В-0,1 С-0,7	432
	Печенье или вафли	20	1,0	1,3	15,2	77,1		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,1	442
Обед 12.00-13.00	Салат из моркови	60	0,7	0,1	6,8	31,2	С-1,2 Е-0,4 А-1,1	41
	Борщ с капустой и картофелем на мясокостном бульоне со смет.	250/10	8,0	5,7	17,0	156,5	В-0,1 С-14,9 А-0,3 Е-0,4	57
	Картофельная запеканка	210	14,7	18,8	22,5	317,6	В-0,2 С-10,9 Е-2,2	299
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник	Запеканка из творога	120	20,5	14,7	24,1	316,6	С-0,3 А-0,1 Е-0,9	237
15.30-16.00	Чай с молоком	180	2,6	2,2	12,3	79,6	С-0,5	к/к
	Яблоко	88	0,3	0,3	8,5	41	С-8,7 Е-0,5	
	Всего за день:		66,5	59,2	205,9	1641,0		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования:



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 6 завтрак	Каша гречневая молочная жидкая	200	7,4	6,9	29,1	208,9	В-0,2 С-0,6 Е-2,5	184
8.30-9.00	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	4,6	7,2	15,1	144,4	С-0,1 Е-0,7	3
	Чай с молоком	180	2,6	2,2	12,3	79,6	С-0,5	к/к
	Печенье или вафли	20	0,6	0,7	15,0	68,7		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,1	442
Обед 12.00-13.00	Салат из белокочанной капусты	60	1,3	3,1	6,3	58,2	С-11,6 Е-1,3	35
	Суп гороховый на мясокостном бульоне	250	12,4	4,2	24,5	186,2	В-0,3 С-4,7 А-0,3 Е-3,1	99
	Макаронник с мясом	160	16,7	16,6	28,6	329,5	С-0,6 Е-1,5	292
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник	Омлет натуральный	100	8,4	12,6	1,8	154,2	А-0,2 С-0,2 Е-2,1	214
15.30-16.00	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Какао-напиток на молоке	180	5,2	4,4	15,7	122,8	В-0,1 С-0,8	397
	Груша	90	0,4	0,3	9,3	42,3	С-4,5 Е-0,3	4,5
	Всего за день:		67,3	59,1	228,4	1715,6		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования:



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 7 Завтрак	Каша овсяная «Геркулес» жидкая	200	6,1	7,3	25,0	191,7	В-0,1 С-0,6 Е-1,0	189
8.30-9.00	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,3	15,1	108,4	Е-0,7	1
	Чай с молоком	180	2,6	2,2	12,3	79,6	С-0,5	1
	Печенье или вафли	20	0,6	0,7	15,0	68,7		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,1 Е-0,1 С-2	442
Обед	Салат из свеклы	60	0,9	3,0	5,3	51,4	С-2,5 Е-1,4	33
12.00-13.00	Суп крестьянский с крупой на мясо-костном бульоне со сметаной	250/10	7,9	5,5	20,1	165,3	В-0,1 С11,8 А-0,2 Е-0,5	94
	Тефтели рыбные	80	25,4	12,2	10,1	249,8	В-0,1 С-0,8 Е-2,1	245
	Пюре картофельное	150	3,1	5,1	21,1	143,0	В-0,2 С10,2 Е-0,2	335
	Хлеб ржано- пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	45
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник	Королевская ватрушка	80	18,9	20,9	45,4	454,3	С-0,2 А-0,2 Е-1,1 В-0,1	453
15.30-16.00	Кисель	180			22,3	88,9		411
	Апельсин	100	0,6	0,1	5,4	28,8	С-40,2 Е-0,1	7
	Всего за день:		73,8	62,0	252,7	1879,7		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.И. Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования



Р.М. Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 8 завтрак	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,4	6,1	29,7	200,6	В-0,1 С-0,6 Е-0,1	189
8.30-9.00	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	4,6	7,2	15,1	144,4	С-0,1 Е-0,7	3
	Кофейный напиток	180	4,2	3,4	15,3	108,9	В-0,1 С-0,7	432
	Печенье или вафли	20	0,6	0,7	15,0	68,7		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,1	442
Обед 12.00-13.00	Салат из моркови	60	0,7	0,1	6,8	31,2	С-1,2 Е-0,4 А-1,1	41
	Борщ с капустой и картофелем на мясокостном бульоне со сметаной	250/10	7,4	5,2	16,7	148,5	С-14,8 В-0,1 А-0,2 Е-0,5	57
	Плов с мясом	200	14,6	18,7	35,8	371,0	С-1,3 А-0,2 Е-2,8	265
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник	Ватрушка с картофелем	80	7,1	13,4	42,3	317,8	В-0,1 С-2,8 Е-2,7	453
15.30-16.00	Чай с молоком	180	2,6	2,2	12,3	79,6	С-0,5	к/к
	Банан	88	1,3	0,4	18,5	84,5	С-8,8	
	Всего за день:		55,1	55,2	259,3	1766,3		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 9 завтрак	Каша пшеничная молочная	200	6,4	6,6	30,4	207,7	В-0,1с-0,6 Е-0,1	189
8.30-9.00	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,3	15,1	108,4	Е-0,7	1
	Чай с молоком	180	2,6	2,2	12,3	79,6	С-0,5	к/к
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,1	442
Обед 12.00-13.00	Салат из белокочанной капусты	60	1,3	3,1	6,3	58,2	С-11,6 Е-1,3	35
	Суп перловый на мясокостном бульоне со сметаной	250/10	6,6	5,3	17,3	147,5	В-0,1 С-4,4 А-0,3 Е-0,6	103
	Котлета рыбная	80	25,6	12,3	10,8	254,8	В-0,2 С-1,2 Е-2,1	245
	Пюре картофельное	150	3,1	5,1	21,1	143	В-0,2 С-10,2 Е-0,2	335
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник	Сдоба обыкновенная	70	5,5	9,8	35,8	254,6	В-0,1 Е-2,7	464
15.30-16.00	Ряженка	180	5,2	4,5	7,6	97,2	С-0,5	435
	Яблоко	88	0,3	0,3	8,5	41	С-8,7 Е-0,5	
	Всего за день:		64,3	54,2	220,8	1641,6		

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.

Согласовано с заместителем начальника территориального отдела Управления Роспотребнадзора по Республике Татарстан (Татарстан) в Сабинском, Мамадышском, Кукморском, Тюлячинском районах



А.Г.Кириллов

Утверждаю: заместитель руководителя Исполнительного комитета Кукморского муниципального района - начальник Управления образования:



Р.М.Мансуров

Примерное меню для дошкольных групп сельских школ на осенне-зимний период 2018 года

(для детей от 3-х до 7 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества(г)			ЭЦ (ккал)	Вита м.	№ Рец епт.
			Б	Ж	У			
1	2	3	4	5	6	7	8	9
День 10 завтрак	Каша рисовая молочная	200	4,7	6,0	27,9	185,4	С-0,6 Е-0,2	189
8.30-9.00	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	4,6	7,2	15,1	144,4	С-0,1 Е-0,7	3
	Кофейный напиток	180	4,2	3,4	15,3	108,9	В-0,1 С-0,7	432
	Печенье или вафли	20	1,0	1,3	15,2	77,1		
Завтрак 2 10.30-11.00	Сок фруктовый	100	0,5	0,1	9,9	43,0	В-0,01 С-2 Е-0,1	442
Обед	Салат из свеклы	60	0,9	3,0	5,3	51,4	С-2,5 Е-1,4	33
12.00-13.00	Суп-лапша домашняя на мясокостном бульоне	250	7,7	4,5	21,5	157,3	В-0,1 С-4,5 А-0,2 Е-0,3	106
	Рагу из овощей	200	13,6	16,7	24,1	303,5	В-0,1 С-24,2 А-0,6 Е-2,8	141
	Хлеб ржано-пшеничный	40	2,6	0,4	17,0	81,6	В-0,1 Е-0,8	
	Хлеб пшеничный	30	2,3	0,2	15,1	71,0	Е-0,5	
	Компот из смеси сухофруктов	180			13,6	54,2		402
Полдник	Пудинг из творога	120	18,6	16,5	21,3	314,8	С-0,3 А-0,1 Е-1,2	234
15.30-16.00	Чай с молоком	180	2,6	2,2	12,3	79,6	С-0,5	к/к
	Груша	90	0,4	0,3	9,3	42,3	С-4,5 Е-0,3	
	Всего за день:		63,7	61,8	222,9	1714,4		
	Итого за весь период:		628,0	582,7	2334,5	17193,6		
	Среднее значение за период		62,8	58,27	233,45	1719,36		
	Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности		0,036	0,032	0,13			

Исполнитель: специалист по питанию Тухватуллина А.И.