

«Утверждаю» 
Заведующий
МБДОУ -«Верхнеошминский ДС»
Л.Х.Хасанова

1.09.2022 г.

**10-ти дневное меню для детей с 3 до 7 лет с 9 часовым
пребыванием в муниципальном бюджетном дошкольном
образовательном учреждении
«Верхнеошминский детский сад»
Мамадышского муниципального района
Республики Татарстан.**

день	наименование блюда	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак №248	сало свиное шпикное с маслом	200							
	масло сливочное	5	5		0,025	4,13	0,04	37,4	
	орехи ядра	20	20		2,3	0,66	13	69,6	
	сахар	5	5				4,945	18,95	
	соль поваренная йодиров.	1	1						
	молоко пастериз. 2,5%	150	150		4,23	3,75	7,09	78	1,06
				6,555	8,54	25,075	203,95		
№249	кофейный напиток с молоком	200							
	кофейный напиток	2,4	2,4				0,084		
	сахар	30	30				9,89	37,9	
	молоко пастериз. 2,5%	130	130		3,1	2,75	5,2	57,2	1,95
				3,1	2,75	15,174	95,1	1,95	
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/56							
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	масло сливочное	5	5		0,025	4,13	0,04	37,4	
	сыр	6	6		1,56	1,6		21,12	0,16
					5,025	6,25	36,08	151,72	
				16,35	18,52	79,3	481,39		
				14,68	18,52	79,3	481,39		
2 завтрак	сок яблочный	100	100	100	0,5		9,1	38	1,1
обед №54	салат из моркови	55							
	морковь	70	55		0,75	0,055	3,96	18,7	3,6
	сахар	2	2		0	0	1,978	7,58	
				0,75	0,055	5,938	26,28	3,6	
№233	суп вермишелевый на кур/б	200							
	мясо курицы	20	17,5		4,72	0,38	0,08	22,6	
	морковь	10	12		0,156	0,012	0,86	4,08	0,52
	лук репчатый	10	9,8		0,14		0,9	4,018	1,01
	вермишель	15	15		2,6	0,28	17,43	84,3	
	картофель	90	78		1,44	0,288	11,74	57,6	17,3
	масло сливочное	2	2		0,01	1,65	0,016	14,99	
	масло растительное	3	3			2,997		26,97	
	зелень	2	2		2	1,16	0,11	0,78	2,4
	соль поваренная йодиров.	1	1						
				11,066	6,767	31,136	215,338	21,23	
№336	капуста тушеная с мясом	200							
	капуста свежая	160	148		2,97	0,165	7,755	44,55	
	масло растительное	3	3			2,997		2,697	
	морковь	10	13		0,169	0,013	0,936	4,42	0,52
	лук репчатый	10	9,8		0,14		0,9	4,018	1,01
	мясо говядина	45	33,6		8,37	7,2		98,1	
	сметана	5	5		0,145	0,75	0,15	8,03	0,03
	соль поваренная йодиров.	1	1						
	масло сливочное	3	3		0,015	2,48	0,024	22,44	
					11,809	13,605	2,01	184,255	
№372	компот из с/ф	200							
	фрукты сушеные	11	9,8		0,3	0	5,39	22,7	36,3
	сахар	6	6		0	0	5,934	22,74	
				0,3	0	11,324	45,44	36,3	
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17	90,5	
					27,225	21,027	67,408	561,813	61,13
УП.101. №249	молоко кип.	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	
	суфле из рыбы	70							
	рыба горбуша	80	72		15,96	5,32	0,38	111,72	
	яйцо	0,7	0,7		4	3,63	0,223	49,46	
	молоко пастериз. 2,5%	20	20		0,564	0,5	0,946	10,4	0,39
	масло растит.	5	5			4,995		44,95	
	масло сливочное	3	3		0,015	2,48	0,024	22,4	
	соль поваренная йодиров.	1	1						
сметана	6	6		0,174	0,9	0,183	9,63		
				20,713	17,825	1,756	248,56	0,39	
№321	картофельное пюре	100							
	картофель	120	100		2,38	0,48	19,4	95,2	25,92
	молоко пастериз. 2,5%	30	30		0,846	0,75	1,42	15,6	0,52
	масло сливочное	3	3		0,015	2,48	0,024	22,44	
	соль поваренная йодиров.	1	1						
				3,241	3,71	20,844	133,24	26,44	
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
					3,44	0,52	18	93,2	
№394	чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка	0,6	0,6		0	0	0	0	
	сахар	7	7		0	0	6,923	26,53	
	молоко пастериз. 2,5%	55	55		1,551	1,38	2,6	28,6	1,3
				1,551	1,38	9,523	55,13	1,3	
	фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,3	9,5	42	8,4
	кондит.изде.вие	10	10	10	2,59	3,5	26,7	149	
					25,905	23,215	41,623	478,93	36,53
	итого				53,13	44,242	109,031	1040,74	97,66
				82,025	71,257	186,854	1710,67		

день 2	наименование блюда	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак	каша манная мол.с маслом	200/5							
№168	крупа манная		20	20	2,1	0,2	13,48	65,6	
	молоко пастериз. 2,5%		150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06
	сахар		5	5			4,945	18,95	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					6,355	8,08	25,555	199,95	1,06
	какао напиток с молоком	200							
	какао порошок		1,5	1,5	0,09	0,072	1,0995	5,715	
	сахар		10	10			9,89	37,9	
	молоко пастериз. 2,5%		110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,75
					3,19	2,822	16,1895	100,815	1,75
№1	хлеб пшеничный с маслом и сы	40/5/6							
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	сыр		6	6	1,56	1,6		21,12	0,16
					5,025	6,25	36,08	151,72	
					14,57	17,152	77,8245	452,485	
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	100	0,5		9,1	38	1,1
					0,5		9,1	38	1,1
обед	салат из зел.горошка	55							
	зел.горошек		100	55	2,75	0,11	7,04	40,2	
	масло растит		2	2		1,998		17,98	
	лук репчатый		10	8	0,112		0,72	3,28	
					2,75	2,108	7,04	61,46	0
	Борщ на кур./б.со сметаной	200							
	свекла		50	45	0,675	0,045	4,05	18,9	4
	капуста белок.свеж.		50	45	0,81	0,045	2,13	12,15	18
	картофель		80	64	1,68	0,34	13,692	67,2	14,5
	морковь		10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52
	лук репчатый		10	14	0,196	0	1,26	5,74	1,01
	масло растительное		3	3		2,997		26,97	
	масло сливочное		2	2		1,99		17,98	
	мясо курицы		20	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6	
	сметана		6	6	0,174	0,9	0,183	9,63	
	томатное пюре		2	2	0,1	0,38		1,98	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					8,524	7,09	22,331	187,57	38,03
	мясные котлеты	70			11,92	8,8	11,64	173	
	говядина		70	64,2	11,94	10,27		139,96	
	хлеб пшен.		10	10	0,86	0,13	4,5	23,3	
	молоко пастериз. 2,5%		15	15	0,42	0,38	0,71	7,8	0,39
	сухари		7	7	0,924	0,161	3,92	22,12	
	яйцо		0,2	0,2	1,14	1,04	0,063	14,13	
	масло сливочное		3	3	0,015	2,48	0,024	22,4	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
	лук репчатый		10	9	0,196	0	1,26	5,74	1,01
	масло растительное		3	3		2,997		26,97	
					27,415	23,261	22,117	408,45	1,4
	гречнев.каша отв.с маслом	150							
	крупа гречневая		40	40	5,04	1,32	24,3	134	
	масло сливочное		2	2	0,01	1,65	0,016	14,99	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					5,05	2,97	24,316	148,99	
	соус томатный	35							
	морковь		10	10,3	0,134	0,01	0,74	3,5	
	лук репчатый		10	10,5	0,147		0,945	4,3	
	том.паста		4	4	0,2		0,76	3,96	
	мука		3	3	0,31	0,033	2,07	9,93	
					0,791	0,043	4,515	21,69	
№3/2	компот из с/ф	200							
	фрукты сушеные		11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3
	сахар		6	6	0	0	5,934	22,74	
					0,3	0	11,324	45,44	36,3
№1	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17	90,5	
					39,48	32,502	56,003	679,17	39,43
15:15	кефир нежирный	100							
	кефир нежирный		100	100	3	0,05	3,8	30	
	сахар		2	2			1,99	7,58	
№401					3	0,05	5,79	37,58	
	хлеб пшеничный	20	20	20	1,6	0,3	10	49	
					1,6	0,3	10	49	
	пирог п.с. луком и яйцом	80							
	мука пшеничная в.с		50	50	5,665	0,605	37,95	182,05	
	сахар		2	2			1,978	7,58	
	молоко пастериз. 2,5%		25	25	1,128	1	1,89	20,8	0,65
	масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032	29,98	

	яйцо		1	1	5,72	5,18	0,32	70,66	
	лук репчатый		10	9	0,126		0,81	3,69	
	дрожжи		1,25	1,25					
	сметана		5	5	0,145	1,35	0,15	8,03	0,03
	соль поваренная йодиров.		1	1					
	масло растит		3	3		2,997		26,97	
	яйцо		0,2	0,2	1,14	1,04	0,063	14,13	
					12,804	14,432	43,13	363,89	0,68
№394	чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка		0,6	0,6	0	0	0	0	
	сахар		7	7	0	0	6,923	26,53	
	молоко пастериз.2.5%		55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3
					1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
	фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,3	9,5	42	
Итого							9,5	502,85	
					19,355	16,462	77,943	502,85	
Итого:					82,555	69,686	273,5105	1972,185	

№ п/п	наименование блюда	кол-во	бжу	жир	б	ж	у	ккал	с	
№195	суп овощной картофельный	200						50,55		
	картофель сырой	20	20	1,36	0,17	0,1		78	1,06	
	масло растит. 2.5%	100	100	4,20	2,70	7,98		18,95		
	супар	5	5					37,4		
	соль поваренная йодиров.	5	5						184,9	1,06
№195	кофеинный напиток с мякотью	200								
	кофеинный напиток		2,4	2,4			0,06			
	супар	6	6				7,02	30,32		
	масло растит.	100	100	3,3	2,70	7,2		57,2	1,95	
	масло растит. 2.5%			3,3	2,70			87,52	1,95	
№1	сладкий напиток с мякотью и сахаром	40-50						93,2		
	сладкий напиток	40	40	3,44	0,52	18		37,4		
	масло сливочное	5	5	0,029	4,13	0,04		21,12	0,16	
	сахар	6	6	1,36	1,6			151,72		
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	6,9	0,14	5,67		28	42	
				14,84	17,19	77,521		452,14	45,01	
обед	салат из свеклы	55						23,27	5,04	
	свекла		70	55,4	0,83	0,06	4,95	17,98		
	масло растит		2	2		1,998		3,79		
	сахар		1	1			0,989			
					0,83	2,058	5,639	45,04	5,04	
суп картофельный с мякотью фрикадельками	суп картофельный с мякотью фрикадельками	200						84	17,28	
	картофель		100	95	2,1	0,42	17,11	4,42	0,52	
	морковь		10	13	0,169	0,013	0,936	3,94	0,91	
	лук репчатый		10	12	0,134	0	0,864			
	масло растительное		3	3		2,997		26,97		
	мясо говядины		50	42,9	8	6,9		93,5		
	ябло		0,1	0,1	0,57	0,52	0,03		7,1	
	том дворе		2	2	0,1	0,38			1,98	
	соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
					8,973	11,23	18,94	221,91	18,71	
	рыбные котлеты	рыбные котлеты	70						111,72	
рыба горбуша			80	76	15,96	5,32	0,38	33,1		
хлеб пшени.			10	10	1,03	0,11	6,9	8,84	0,22	
молоко пастериз. 2.5%			17	17	0,48	0,43	0,8	14,13		
ябло			0,2	0,2	1,14	1,04	0,063			
масло слив.			2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
соль поваренная йодиров.			1,5	1,5				6,36	1,01	
лук репчатый			10	15,5	0,217	0	1,395	26,97		
масло растительное			3	3		2,997				
					18,837	11,547	9,554	216,11	1,23	
перловая каша с маслом	перловая каша с маслом	130						128		
	крупа перловая		80	80	3,72	0,44	26,24	29,98		
	масло сливочное		4	4	0,02	3,3	0,032			
	соль поваренная йодиров.		1	1				157,98		
					3,74	3,74	26,272			
суп томатный	суп томатный	35						3,5		
	морковь		12	10,3	0,134	0,01	0,74	4,3		
	лук репчатый		12	10,5	0,147		0,945	3,96		
	том.паста		4	4	0,2		0,76	9,93		
	моло		3	3	0,31	0,033	2,07	21,69		
					0,791	0,043	4,515			
№372	компот из с.ф	200						22,7	36,3	
	фрукты сушеные		11	9,8	0,3	0	3,39	22,74		
	сахар		6	6	0	0	5,931	45,44	36,3	
					0,3	0	11,324			
	сладкий напиток	50	50	50	3,3	4,6	17	90,5		
					3,3	4,6	17	90,5	0	
	сладкий напиток	20	20	20	1,72	0,26	9	46,6		
					1,72	0,26	9	46,6		
				36,771	35,218	93,544	798,67			
узелки	молоко ацидоф.	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	2	
пирожки	пирожки из творога с рисом смет соусом	120						159	0,5	
	творог пастообразный		100	100	16,7	9	2	16,5		
	крупа рис		5	5	0,35	0,05	3,535	18,95		
	сахар		5	5	0	0	4,945	21,2		
	ябло		0,3	0,3	1,71	1,55	0,095	44,88		
	масло сливочное		6	6	0,03	4,95	0,048	26,97		
	масло растит		3	3		2,997		17,66		
	сметана		11	11						
						19,11	20,197	10,959	305,16	
						19,11	20,197	10,959	305,16	0,5
пирожки	пирожки из творога с рисом смет соусом	200						135		
	ябло		20	20	0,15	0	34,7	18,95		
	сахар		5	5		0	4,945	153,95		

				16,03	16,14	1,67	28	
ФРУКТЫ свежие				1,23	0	22,86	127,8	
КОФЕ молотое				16,25	0	20,445	153,95	0
				22,86	22,487	19,324	666,91	2,5
Итого				73,691	73,687	226,399	1917,72	47,51

день 4	наименование б/дод	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак	заша вязкая геркулесоваяс масл 200								
	крупа геркулес	20	20	2,2	1,24		10,28	61	
	молоко пастериз. 2,5%	150	150	4,23	3,75		7,09	78	1,06
	сахар	5	5				4,945	18,95	
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13		0,04	37,4	
	соль поваренная йодиров.	1	1						
				6,455	9,12		22,355	195,35	1,06
	какао напиток с молоком 200								
	какао порошок	1,5	1,5	0,09	0,072		1,0995	5,715	
	сахар	10	10				9,89	37,9	
	молоко пастериз. 2,5%	110	110	3,1	2,75		5,2	57,2	1,75
				3,19	2,822		16,1895	100,815	1,75
№1	хлеб пшеничный с маслом и с 40-56								
	хлеб пшеничный 40	40	40	3,44	0,52		18	93,2	
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13		0,04	37,4	
	сир	6	6	1,56	1,6			21,12	0,16
				5,025	6,25		36,08	151,72	
				14,67	18,192		74,6245	447,885	
2	завтрак сок фруктовый	100	100	100	0,5		9,1	38	1,1
					0,5		9,1	38	1,1
обед	винегрет овощной 55								
	огурцы консервир.	15	12	0,4	0,054		1,03	5,94	
	масло растительн.	2	2		1,998			17,98	
	свекла	15	12	0,225	0,015		1,35	6,3	
	картофель	20	15	0,26	0,052		2,12	10,4	
	лук репчатый	11	9	0,112			0,72	3,28	
№54	морковь	11	9	0,22	0,017		1,26	6,04	3,6
	соль поварен йодиров.	1	1						
				1,217	2,136		6,48	49,94	3,6
	щи из свеж. капусты на кур/б.со 200								
	картофель	80	74	2,4	0,4		11,8	58	17,3
	капуста белок	80	63	1,53	0,085		3,995	22,95	18
	лук репчатый	10	9	0,134	0		0,864	3,94	1,01
	морковь	10	9	0,169	0,013		0,936	4,42	0,52
	масло растительное	3	3		2,997			26,97	
	мясо курицы	20	17,5	4,72	0,38		0,08	22,6	
	масло сливочное	1	1	0,024	2,18		0,078	19,83	
	хлеб пшеничный	9	9	0,7	0,08		4,5	22,05	
	сметана	6	6	0,196	1,4		0,22	14,42	0,02
	соль поваренная йодиров.	1	1						
				9,873	7,535		22,473	195,18	36,85
	плов мясной 200								
	мясо говядина	45	33,6	10,4	8,96			122	
	масло сливочное	6	6	0,03	4,95		0,36	44,88	
	морковь	10	23	0,31	0,024		1,728	8,16	0,64
	лук репчатый	10	12	0,25	0,5		1,64	7,5	1,01
	крупа рисовая	40	40	2,8	0,4		28,28	132	
	масло растит	3	3	0	2,998		0	26,97	
	соль поваренная йодиров.	1	1						
				13,79	17,832		32,008	341,51	1,65
№372	компот из с/ф 200								
	фрукты сушённые	11	9,8	0,3	0		5,39	22,7	36,3
	сахар	6	6	0	0		5,934	22,74	
				0,3	0		11,324	45,44	36,3
	хлеб пшеничный 20	20	20	1,72	0,26		9	46,6	
				1,72	0,26		9	46,6	
	хлеб ржаной 50	50	50	3,3	0,6		17	90,5	
				3,3	0,6		17	90,5	
				30,2	28,363		98,285	769,17	
учл. подл.				27,263	25,967		82,805	672,63	74,8
15-15	кефир нежирный 100	100	100	3	0,05		3,8	30	
	сахар	2	2				1,99	7,58	
№401				3	0,05		5,79	37,58	
	ватрушки с повидлом 80								
	мука пшеничная	50	50	6,2	0,66		0,12	200,4	
	сахар	1	1	0	0		0,989	3,79	
	масло сливочное	4	4	0,02	3,3		0,032	29,98	
	яйцо	0,2	0,2	1,143	1,035		0,063	14,13	
	соль	1	1						
	дрожжи	1,25	1,25						
	повидло	25	25	5,09	3,4		50,42	150	0,09
	сметана	5	5	0,145	0,75		0,153	8	0,015
	молоко пастериз. 2,5%	15	15	1,128	1		1,892	20,8	0,65
	масло растит	3	3		2,997			26,97	
	соль повар. йодирован.	1	1						
				13,726	13,142		53,669	454,07	
				0	0		0	0	
№394	чай сладкий с молоком 200								
	чай-заварка	0,6	0,6	0	0		0	0	
	сахар	7	7	0	0		6,923	26,53	
	молоко пастериз. 2,5%	55	55	1,551	1,38		2,6	28,6	1,3
				1,551	1,38		9,523	55,13	1,3
	Груша 100	100	100	0,48	0,32		10,97	45,36	5,4
				64,127	61,447		250,6375	1847,195	

5 рн.

№ п/п	Наименование блюда	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
	завтр каша гречка вязкая с маслом	200/5							
	гречка пшено	10	10	1,15	0,33	6,58	34,45		
	гречка рис	10	10	0,7	0,0099	7,12	32,67		
	молоко пастериз. 2,5%	150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06	
	сахар	5	5			4,945	18,95		
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		
	соль поваренная йодиров.	1	1						
				6,105	8,2199	25,775	201,47	1,06	
№395	кофейный напиток с молоком	200							
	кофейный напиток	2,4	2,4			0,084			
	сахар	10	10			9,89	37,9		
	молоко пастериз. 2,5%	110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,95	
				3,1	2,75	15,174	95,1	1,95	
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыр	40/5/6							
	хлеб пшеничный	40	40	3,44	0,52	18	93,2		
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		
	сыр	6	6	1,56	1,6		21,12	0,16	
				5,025	6,25	36,08	151,72		
				14,23	17,2199	77,029	448,29		
2 завтр	сок фруктовый	100	100	100	0,5	0	13,7	56	145
					0,5	0	13,7	56	
обед	салат морковный	55							
	морковь	70	55	0,75	0,058	4,2	19,72	7,36	
	сахар	1	1			0,989	3,79	2,41	
				0,75	0,058	5,189	23,51		
				0,75	0,058	5,189	23,51		
	суп гороховый на кур.б.	200							
	горох	30	30	6,9	0,48	15,24	94,2		
	картофель	90	84	2,4	0,4	11,8	58	17,3	
	морковь	10	8,6	0,1118	0,01	0,62	2,92	0,52	
	лук репчатый	10	15	0,29	0	1,89	8,61	1,01	
	масло растит.	3	3			2,997	26,97		
	мясо курицы	20	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6		
	масло слив.	3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
	соль поваренная йодиров.	1,5	1,5						
				14,4368	6,747	29,654	235,7	18,83	
	жаркое по-домашнему	200							
	говядина	45	33,6	9,3	11,2	11,61	109		
	картофель	120	110	3	0,6	24,45	120	22,5	
	лук репчатый	10	14	0,29	0	1,89	8,16	1,01	
	масло растительное	4	4			3,996	35,96		
	соль поваренная йодиров.	1,5	1,5						
	морковь	10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
	масло слив.	3	3	0,015	2,48	0,024	22,4		
				12,774	18,289	38,91	299,94	24,03	
№372	компот из с/ф	200							
	фрукты сушеные	11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3	
	сахар	6	6	0	0	5,934	22,74		
				0,3	0	11,324	45,44	36,3	
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17	90,5	
				31,5608	25,694	102,077	695,09		
уц.по	молоко кип	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	2
лди	лакомка твор.со сгущ.молоком	120							
	творог	100	100	16,7	9	2	159	0,5	
	мука	5	5	0,52	0,05	9,41	16,7		
	сахар	2	2			1,978	7,58		
	яйцо	0,4	0,4	2,29	2,07	0,13	28,3		
	масло сливочное	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		
	сметана	11	11	0,32	1,21	0,336	17,66		
	масло растит	4	4			1,99	17,98		
	сгущ.молоко	15	15	1,08	1,275	8,4	48		
	соль поваренная йодиров.	1	1						
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
				3,44	0,52	18	93,2		
				20,935	19,725	22,294	425,82	0,5	
№394	чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка	0,6	0,6	0	0	0	0		
	сахар	7	7	0	0	6,923	26,53		
	молоко пастериз. 2,5%	55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3	
				1,551	1,38	9,523	55,13	1,3	
	фрукты свежие	100	100	100	2,625	4,13	26,04	152,6	
	кон.п.г.из.деле	10	10	10	1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
				25,306	23,605	36,547	532,95	3,8	
	Итого:				75,7728	72,0289	255,393	1940,06	

день	б	ж	у	ккал	с				
завтрак	200	5							
хлеб пшеничный	20	20		2,3	0,26	12,4	63,2		
масло растител. 2,5%	150	150		4,23	3,75	7,09	78	1,06	
сахар	5	5					4,945		
масло сливочное	5	5		0,025	4,13	0,04	37,4		
соль поваренная йодиров.	1	1							
				6,555	8,14	24,475	134,35	1,06	
каша овсяная с маслом	200								
каша овсяная	1,5	1,5		0,09	0,072	1,0995	5,715		
сахар	10	10					9,89		
масло растител. 2,5%	110	110		3,1	2,75	5,2	57,2	1,75	
				3,19	2,822	16,1895	100,815	1,75	
№1	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2		
хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2		
масло сливочное	5	5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		
сыр	6	6	6	1,56	1,6		21,12	0,16	
				5,025	6,25	36,08	151,72		
				13,57	17,97	31,54	386,885		
2 завтрак	100	100	100	0,5		9,1	38	1,1	
сок фруктовый				0,5		9,1	38	1,1	
				0,5	0	9,1	38		
обед	55								
№54 салат из капусты		70	55	0,99	0,055	2,59	14,85	3,6	
капуста белокоч.		2	2			1,998	17,98		
масло растител.		1	1	0		0,989	3,79		
сахар				0,99	2,053	3,579	36,62	3,6	
свекольник на кур.б. со сметаной	200								
свекла	60	54		1,28	0,085	7,65	35,7	6,8	
картофель	80	64		1,68	0,336	13,692	67,2	11,5	
морковь	10	13		0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
лук репчатый	10	14		0,196	0	1,26	5,74	1,01	
масло растит.	2	2			1,99		17,98	0	
мясо курицы	20	17,5		4,72	0,38	0,08	22,6		
масло сливочное	2	2		0,01	1,65	0,016	14,99		
сметана	6	6		0,174	0,9	0,183	9,63		
соль йодированная	1	1							
				8,229	5,354	23,817	178,26	19,83	
гуляш из говядины	60								
мясо говядина	45	33,6		10,5	8,96		122		
морковь	10	13		0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
лук репчатый	10	14		0,196	0	1,26	5,74	1,01	
мука пшеничн 1 сорт	3	3		0,32	0,04	2,03	9,93		
масло растительное	2	2			1,998		17,98		
соль поваренная йодиров.	1	1							
томатное пюре	6	6		0,29		1,14	5,94		
				11,475	11,011	5,366	166,01	1,53	
макаронны отварные	130								
макар изделия	45	45		4,1	0,44	27,88	134,8		
масло сливочное	3	3		0,015	2,48	0,024	22,4		
масло растит.	2	2							
соль повар. йодированная	1	1							
				4,115	2,92	27,904	157,2	0	
№372 компот из с/ф	200								
фрукты смешанные	11	9,8		0,3	0	5,39	22,7	36,3	
сахар	6	6		0	0	5,934	22,74		
				0,3	0	11,324	45,44	36,3	
хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17,6	90,5		
				28,409	21,938	89,59	674,03	61,26	
упл	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	4	
полд.				2,82	2,5	4,73	52		
рыба запечен. в омлете	110								
рыба минтай	80	76		6,567	0,41		43,5	38,9	
молоко пастериз. 2,5%	20	20		0,98	0,87	1,65	18,1	0,52	
яйцо	0,7	0,7		4	3,62	0,22	49,5		
масло растит	3	3			2,997		26,97		
сметана	5	5		0,06	0,4	0,064	4,12	0,01	
масло сливочное	6	6		0,03	4,95	0,048	44,88		
соль поваренная йодиров.	1	1							
				11,547	13,247	1,982	187,07		
хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2		
				3,44	0,52	18	93,2		
№394 чай сладкий с молоком	200								
чай-заварка	0,6	0,6		0	0	0	0		
сахар	7	7		0	0	6,923	26,53		
молоко пастериз. 2,5%	55	55		1,551	1,38	2,6	28,6	1,3	
				1,551	1,38	9,523	55,13	1,3	
фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,4	9,8	45		
кондит. изделие	10	10	10	2,625	4,13	26,04	152,6		
				3,025	4,53	35,84	197,6		
				22,383	22,177	70,075	585		
итого:				67,149	66,531	210,225	1755		

70н

№ п/п	наименование	кв-ти	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	
200-5										
	крупя гречневая	25	25	25	3,15	0,83	15,175	83,75		
	молоко пастериз. 2,5%	150	150	150	4,25	3,75	7,00	78	1,06	
	соль	2	2	2	0,025	0,13	0,04	37,4		
	масло сливочное	2	2	2	1,56	1,6	0,16	25,12	0,16	
	соль йодиров.	1	1	1	7,005	8,71	27,25	208,1	1,06	
	Итого									
№377 кефирный напиток с см 200										
	кефирный напиток	12,4	12,4	12,4			0,084	22,9		
	соль	2	2	2	3,1	2,75	5,2	57,2	1,95	
	молоко пастериз. 2,5%	130	130	130	3,3	2,75	15,174	95,1	1,95	
	Итого									
№378 кефирный напиток с маслом 40504										
	кефирный напиток	40	40	40	3,40	0,92	18	70,2		
	соль	2	2	2	0,025	0,13	0,04	37,4		
	масло сливочное	2	2	2	1,56	1,6	0,16	25,12	0,16	
	соль	1	1	1	5,025	6,25	16,08	151,72		
	Итого									
	Итого				15,53	17,71	78,504	464,92		
2 напиток абрикосовый										
	сок абрикосовый	100	100	100	0,58	0	4,8	64	4	
	Итого				0,58	0	4,8	64	4	
№379 салат из моркови										
	морковь	70	55	55	1,6	0,08	8,55	35,95	8,56	
	соль	2	2	2	1,6	1,058	8,55	43,53	8,56	
	Итого									
Расходник на кв.б.б.с.м 200										
	картофель	80	64	64	2,4	0,34	14,94	69,12	17,3	
	крупя перловая	10	9,9	9,9	0,93	0,11	6,6	32		
	морковь	10	13	13	0,109	0,013	0,936	4,42	0,52	
	лук репчатый	10	14	14	0,134	0	0,864	3,94	1,01	
	огурцы соленые	15	13	13	0,1	0,013	0,208	1,69	0,8	
	мясо говядины	20	12,5	12,5	3,72	3,2	0	43,6		
	соль поваренная йодиров.	1	1	1						
	масло сливочное	2	2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
	масло растит.	2	2	2	1,99			17,98		
	сметана	6	6	6	0,14	1	0,16	10,3	0,015	
	Итого				7,603	8,316	23,724	198,04	19,645	
суфле из мяса птицы										
	мясо курицы	70	52	52	8,2	6,7	5,5	115,2		
	хлеб пшени.	8	8	8	0,78	0,17	5,6	26,5		
	масло слив.	1	1	1	0,03	2,55	0,091	23,27		
	масло растит	4	4	4	3,99			35,96		
	яйцо	0,2	0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		
	соль поваренная йодиров.	1	1	1						
	лук репчатый	10	9,8	9,8	0,137	0	0,882	4	1,01	
	Итого				10,29	14,445	12,136	219,06	1,01	
гороховое пюре										
	горох душистый	140	45	45	10,35	0,72	22,86	141		
	соль йодированная	1	1	1						
	масло сливочное	2	2	2	0,01	1,65	0,016	14,99		
	масло растит	2	2	2	0	1,998	0	17,98		
	Итого				10,36	2,37	22,876	155,99	0	
соус томатный										
	морковь	10	10,3	10,3	0,134	0,01	0,74	3,5		
	лук репчатый	10	10,5	10,5	0,147		0,945	4,3		
	том паста	4	4	4	0,2		0,76	3,96		
	мука	3	3	3	0,31	0,033	2,07	9,93		
	Итого				0,791	0,043	4,515	21,69		
№372 компот из с/ф										
	фрукты сушеные	11	9,8	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3	
	сахар	6	6	6	0,3	0	5,934	22,74	36,3	
	Итого				0,3	0	11,324	45,44	36,3	
хлеб пшеничный										
	мука	20	20	20	1,72	0,26	9	46,6		
	Итого				1,72	0,26	9	46,6		
хлеб ржаной										
	мука	50	50	50	3,3	0,6	17,6	90,45		
	Итого				3,3	0,6	17,6	90,45		
	Итого				35,173	28,049	105,21	799,11	65,515	
мл.полд.										
1515 кефир нежирный										
	кефир нежирный	100	100	100	3	0,05	3,8	30		
	сахар	2	2	2	3	0,05	5,79	37,58		
№401										
пирог с мясом с луком										
	мука пшеничная	50	50	50	6,18	0,66	41,4	200,4		
	сахар	2	2	2			1,978	7,58		
	масло сливочное	6	6	6	0,024	2,18	0,78	19,83		
	яйцо	0,2	0,2	0,2	0,025	0,02	0,0013	0,27		
	соль поваренная йодиров.	1	1	1						
	дрожжи	1,25	1,25	1,25						
	мясо говядины	45	33,6	33,6	6,51	5,6		76,3		
	лук репчатый	10	9	9	0,134		0,864	3,94	0,67	
	сметана	5	5	5	0,14	1	0,16	10,3	0,015	
	молоко пастериз. 2,5%	20	20	20	1,13	1	1,89	20,8	0,65	
	масло растительное	3	3	3		2,997		26,97		
	Итого				14,143	13,457	47,0733	366,39	1,335	
№394 чай сладкий с молоком										
	чай-заварка	0,6	0,6	0,6	0	0	0	0		
	сахар	7	7	7	1,551	1,38	6,923	26,53		
	молоко пастериз. 2,5%	55	55	55	1,551	1,38	9,523	55,13	1,3	
	Итого				1,551	1,38	9,523	55,13	1,3	
свежие фрукты										
	фрукты	100	100	100	0,4	0,3	9,5	42		
	Итого				0,4	0,3	15,147	69,3963	498,12	2,635
	Итого				0,4	15,197	75,1863	535,7		
	Итого:				35,753	43,196	259,155	1957,9	68,15	

дети	наименование б.воз	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С
завтрак	каша вязкая рисовая с маслом	200	5,67	5,28					
	рис		20	20	1,4	0,198	14,22	65,34	
	молоко пастериз. 2,5%		150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06
	сахар		5	5			4,945	18,95	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
					5,655	8,078	26,295	199,69	1,06
	каша маниток с маслом	200							
	каша геркулес		15	15	0,09	0,072	1,0995	5,715	
	сахар		10	10			9,89	37,9	
молоко пастериз. 2,5%		110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,75	
				3,19	2,822	16,1895	100,815	1,75	
№1	хлеб пшеничный с маслом и с.	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4	
	сахар		6	6	1,56	1,6		21,12	0,16
				5,025	6,25	36,08	151,72		
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	100	0,5		9,1	38	1,1
					0,5		9,1	38	1,1
				14,37	17,15	87,6645	490,225	3,91	
обед	салат из зел.горошка	55							
	зелен горошек		80	55	2,75	0,11	7,04	40,2	12,1
	масло растительное		2	2	0	1,998	0	17,98	
	лук репчатый		5	5			0,72	3,28	
					2,75	2,108	7,76	61,46	12,1
	суп домашняя лапша на кур/б	200							
	мясо курицы		20	17,5	4,72	0,38	0,08	22,6	
	яйцо		0,2	0,2	1,14	1,04	0,063	14,13	
	мука		25	25	2,6	0,28	17,25	82,75	
	картофель		50	45	2,4	0,2	11,8	58	21,6
лук репчатый		10	14	0,12	0,01	0,69	3,26	1,01	
морковь		10	10	0,16	0,009	0,78	3,26	0,52	
масло сливочное		1	1	0,024	2,18	0,78	19,83		
соль йодированное.		1,5	1,5						
масло растительное		2	2	0	1,99	0	17,98		
				11,164	6,089	31,443	221,81	23,13	
	овощное рагу с мясом	200							
	капуста белокоч		85	70	1,44	0,064	3,12	22,95	28,8
	морковь		10	13	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52
	картофель		85	74	2,4	0,34	14,94	69,12	17,3
	лук репчатый		10	10	0,25	0	1,64	7,5	1,01
	масло растит		4	4	0	3,99	0	35,96	
	мясо говядины		45	33,6	13	11,2		152,6	
	масло сливочное		4	4	0,024	2,18	0,78	19,83	
	сметана		5	5	0,22	1,6	0,26	16,48	0,02
	соль повар йодиров.		1,5	1,5					
					17,503	19,387	21,676	328,86	47,65
№372	компот из с/ф	200							
	фрукты сушеные		11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3
	сахар		6	6	0	0	5,934	22,74	
				0,3	0	11,324	45,44	36,3	
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17,6	90,45	
					31,717	27,584	72,203	657,57	119,18
УПЛ ПОЛД	молоко кипяч.	100	100	100	2,82	2,5	4,73	52	2
					2,82	2,5	4,73	52	2
	пудинг из творога с яблоками	120							
	творог		100	100	16,7	9	2	159	0,5
	яблоки свежие		20	18	0,072	0,072	1,764	9	87,1
	сахар		2	2			1,978	7,58	
	яйцо		0,4	0,4	2,29	2,07	0,13	28,3	
	масло растит		3	3		2,997		26,97	
	масло сливочное		6	6	0,04	3,63	0,13	33,05	
	мука		5	5	0,51	0,055	3,44	16,7	
	сухари		8	8	0,63	0,02	0,0006	0,137	
	соль поваренная йодиров.		1	1					
	сметана		6	6	0,22	1,6	0,26	16,48	0,02
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2	
					3,44	0,52	18	93,2	
					20,462	19,444	9,7026	297,217	87,62
№394	чай сладкий с молоком	200							
	чай-заварка		0,6	0,6	0	0	0	0	
	сахар		7	7	0	0	6,923	26,53	
	молоко пастериз. 2,5%		55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3
					1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
	фрукты свежие	100	100	100					
	кондит. изделие	10	10	10	2,625	4,13	26,04	152,6	
					1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
					24,833	23,324	23,9556	404,347	90,92
	Итого:				70,92	68,058	183,8231	1552,142	214,01

день 9	наименование блюд	кол-во	брутто	нетто	Б	Ж	У	Ккал	С	
завтрак	каша вязкая ячневая с маслом	200/5								
	крупа ячневая		20	20	2	0,26	13,3	64,15		
	молоко пастериз. 2,5%		150	150	4,23	3,75	7,09	78	1,06	
	сахар		5	5			4,945	18,95		
	соль поваренная йодиров.		1	1						
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		
						6,255	8,14	25,375	198,5	1,06
№395	кофейный напиток с молоком	200								
	кофейный напиток		2,4	2,4			0,084			
	сахар		10	10			9,89	37,9		
	молоко пастериз. 2,5%		110	110	3,1	2,75	5,2	57,2	1,95	
					3,1	2,75	15,174	95,1	1,95	
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/5/6								
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2		
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4		
	сыр		6	6	1,56	1,6		21,12	0,16	
						5,025	6,25	36,08	151,72	
2 завтрак	сок яблочный	100	100	100	0,57		10,47	43,7	2,3	
					14,95	17,14	87,099	489,02	5,31	
обед №54	салат из моркови	55								
	морковь		70	55	0,75	0,058	4,2	19,72	3,6	
	сахар		2	2	0	0	1,978	7,58		
					0,75	0,058	6,178	27,3	3,6	
					1,13	0,058	6,178	27,3	3,6	
	суп картофельный с рыбными	200								
	картофель		90	75	2,1	0,42	17,11	84	17,28	
	морковь		10	9	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
	лук репчатый		10	9	0,134	0	0,864	3,94	1,01	
	крупа пшеничная		5	5	1,15	0,13	15,26	31,28		
	яйцо		0,2	0,2	1,143	1,035	0,063	14,13		
	рыба минтай		80	55	16,8	3,85	0,275	80,85		
	масло сливочное		1	1	0,01	1,65	0,016	14,99		
	зелень		2	1,68			0,035		0,64	
	соль поваренная йодиров.		1,5	1,5						
	масло растительное		3	3	0	2,997	0	26,97		
						17,113	10,095	34,559	260,58	19,45
		ленивые голубцы	200							
		мясо говядины		45	33,6	9,9	8,48	16,88	115,54	18,88
морковь			10	9	0,169	0,013	0,936	4,42	0,52	
лук репчатый			10	9	0,134	0	0,864	3,94	1,01	
капуста			120	100	2,6	0,14	6,8	38,9	6,28	
рис			15	15	1,05	0,15	10,6	49,5	1,4	
масло сливочное			4	4	0,024	0,024	0,024	0,024	0,024	
сметана			6	6	0,14	0,14	0,14	0,14	0,14	
масло растит.			4	4	0	3,996	0	35,96		
томаты шоре			6	6	0,288		1,14	5,94		
соль поваренная йодиров.			1,5	1,5						
						11,705	12,803	30,584	215,464	21,974
№372		компот из с/ф	200							
	фрукты сушённые		11	9,8	0,3	0	5,39	22,7	36,3	
	сахар		6	6	0	0	5,934	22,74		
					0,3	0	11,324	45,44	36,3	
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17,6	90,95		
	хлеб пшеничный	20	20	20	3,48	0,6	15,48	83,6		
					6,78	1,2	33,08	174,55	0	
					37,028	24,156	115,725	723,334	81,324	
уплот 15:15	кефир нежирный	100	100	100	3	0,05	3,8	30		
	сахар		2	2			1,99	7,58		
№401	Булочки сдобные	80								
	мука пшеничная		50	50	5,665	0,605	37,95	182,05		
	масло сливочная		6	6	0,04	3,63	0,13	33,05		
	сахар		1	1			0,989	3,79		
	сметана		5	5	0,14	1	0,16	10,3	0,015	
	масло растит		4	4		3,99		35,96		
	яйцо		0,2	0,2	0,025	0,02	0,0013	0,27		
	дрожжи		1,25	1,25						
	молоко пастериз. 2,5%		25	25	1,41	1,25	4,72	26,9	0,65	
	соль поваренная йодиров.		1	1						
		яйцо отварное	1	1	1	5,08	4,6	0,28	63	
						7,28	10,495	43,9503	292,32	0,665
№394	чай сладкий с молоком	200								
	чай-заварка		0,6	0,6	0	0	0	0		
	сахар		7	7	0	0	6,923	26,53		
	молоко пастериз. 2,5%		55	55	1,551	1,38	2,6	28,6	1,3	
						1,551	1,38	9,523	55,13	1,3
	фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,3	9,5	42		
					0,4	0,3	9,5	42		
					12,231	12,225	66,7733	419,45		
					64,209	53,521	269,597	1631,8		

день 10	наименование блюда	кол-во	брутто	нетто	Ж	Ж	У	Ккал
завтрак	каша мол.пшенично-рисовая с маслом	200/5						
	крупа пшено		10	10	1,15	0,33	6,58	34,45
	крупа рис		10	10	0,7	0,0099	7,12	32,67
	молоко пастериз. 2,5%		150	150	4,23	3,75	7,09	78
	сахар		5	5			4,945	18,95
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4
	соль поваренная йодиров.		1	1				
					6,105	8,2199	25,775	201,47
	каша пшеничная с молоком	200						
	какао порошок		1,5	1,5	0,09	0,072	1,0995	5,715
	сахар		10	10			9,89	37,9
	молоко пастериз. 2,5%		110	110	3,1	2,75	5,2	57,2
					3,19	2,822	16,1895	100,815
№1	хлеб пшеничный с маслом и сыром	40/5/6						
	хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2
	масло сливочное		5	5	0,025	4,13	0,04	37,4
	сыр		6	6	1,56	1,6		21,12
					5,025	6,25	36,08	151,72
2 завтрак	сок фруктовый	100	100	100	0,5	0	9,1	38
					0,5	0	9,1	38
					14,82	17,2919	87,1445	492,005
обед	салат из свеклы	55						
	свекла		70	55	0,9	0,06	4,95	23
	масло растит.		1	1				
					0,9	0,06	4,95	23
	щи на м.б.со сметаной	200						
	мясо говядина		20	12,5	3,72	3,2	0	43,6
	капуста свежая		80	63	1,53	0,085	3,995	22,95
	картофель		80	74	2,4	0,4	11,8	58
	лук репчатый		10	9	0,134	0	0,864	3,94
	морковь		10	9	0,169	0,013	0,936	4,42
	масло сливочное		1	1	0,01	1,65	0,016	14,99
	сметана		6	6	0,42	0,72	0,15	8
	масло растительное		3	3		2,997		26,97
	соль йодированное.		1	1				
					3,133	5,78	13,766	116,32
	мясные котлеты	70						
	говядина		70	59	12,8	11		150
	хлеб пшеничный.		10	10	1,04	0,18	5,85	25,08
	молоко иодированное 2,5%		10	10	0,42	0,38	0,71	7,8
	масло растит.		4	4				
	сухари		7	7	0,61	0,11	2,79	14,63
	яйцо		0,15	0,15	1,11	1	0,058	12,6
	лук репчатый		10	9	0,174	0	1,116	5,08
	соль поваренная йодиров.		1	1				
					16,154	12,67	10,524	215,19
	картофельное пюре	130						
	картофель		140	130	3,6	0,52	23,27	103,67
	молоко пастер 2,5%		20	20	0,98	0,87	1,65	18,1
	масло сливочное		4	4	0,024	2,18	0,048	19,83
	соль поваренная йодиров.		1	1				
					4,604	3,57	24,968	141,6
	соус томатный	35						
	морковь		10	9	0,134	0,01	0,74	3,5
	лук репчатый		10	9	0,147		0,945	4,3
	том. паста		4	4	0,2		0,76	3,96
	мука		3	3	0,31	0,033	2,07	9,93
					0,791	0,043	4,515	21,69
№372	компот из с/ф	200						
	фрукты сушеные		11	9,8	0,3	0	5,39	22,7
	сахар		6	6	0	0	5,934	22,74
					0,3	0	11,324	45,44
	хлеб ржаной	50	50	50	3,3	0,6	17,6	90,5
					3,3	0,6	17,6	90,5
					27,491	22,62	78,182	609,05
упл. пол.цн	молоко кип.	100	100	100	4,23	3,75	7,095	78
					4,23	3,75	7,095	78
	вареники ленивые	150						
	творог полужирный		100	100	16,7	9	2	159
	мука пшеничная		19	19	0,51	0,055	3,44	16,7
	масло сливочное		6	6	0,04	4,95	0,048	44,88
	яйцо		0,3	0,3	1,71	1,55	0,095	21,2
	сахар песок		2	2			1,978	7,58
	масло растит.		3	3		2,997		26,97

Юрмень

соль поваренная йодиров.		1	1				
сухари		5	5	0,61	0,105	2,79	14,63
сметана		5	5	0,28	2	0,32	20,6
				19,85	20,657	10,671	311,56
хлеб пшеничный	40	40	40	3,44	0,52	18	93,2
				3,44	0,52	18	93,2
чай сладкий	200						
чай-заварка		0,6	0,6	0	0	0	0
сахар		8	8	0	0	7,912	30,32
				0	0	7,912	30,32
фрукты свежие	100	100	100	0,4	0,4	9,8	45
кондит.изделие	10	10	10	2,625	4,13	26,04	152,6
				0	0	15,824	60,64
				27,52	24,927	51,59	543,4
Итого				69,831	64,8389	216,9165	1644,455