

УТВЕРЖДАЮ

Директор ГБОУ СОШ с.Усолье

Подлипалина Л.Н.

Приказ № _____ от 28 февраля 2023 г

Примерное циклическое 10-ти дневное меню

для организации питания воспитанников в Комаровском филиале, реализующем основные общеобразовательные программы дошкольного образования ГБОУ СОШ с. Усолье (возрастная категория с 3 до 7 лет)

Сезон: зимне - весенний с 01.03.2023 г. до 31.05.2023г.

День: 1 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	<u>Завтрак</u>										
сб.р.2005г, рец.№173	Каша вязкая рисовая молочная	180	2,78	3,66	28,88	159,3	0,027	0,018	0	4,5	0,41
сб.р.2011г., рец.№397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,87	107	137	0,43	0,05	0,17	1,43
сб.р.2011г, рец.№1	Бутерброд с маслом	30	2,3	4,36	14,62	108	0,03	0,03	0	6,6	0,34
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	<u>Второй завтрак</u>										
сб.№2011г,рец.№368	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
	<u>Обед</u>										
сб.р.2004г, рец.№34	Свекольник на мясном бульоне	200	3,38	4,2	11,03	96,11	0,07	0,05	7,97	38,04	1,31
сб.р.2010г., рец.№206	Картофельное пюре	120	2,44	3,19	14,45	113,6	0,11	0,08	14,36	36,94	0,85
сб.р.2004г, рец.№134	Котлета рыбная	70	6,83	3,81	24,8	99,75	0,007	0,05	0,37	0	0,19
сб.р.2005г., рец.№228	с соусом красным основным	20	0,34	0,98	1,5	15,5	0,007	0,05	0	0	0,19
сб.2014г,рец.12	Салат из кукурузы консервированной	40	1,15	2,47	3,22	39,72	0,04	0,02	3,72	7,46	0,264
сб.р.2004г, рец.№263	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	9,68	0,13	0	0,0036	1,64
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	680									
	<u>Уплотненный полдник</u>										
сб.р.2004г.,рец.№332	Макароны отварные с маслом сливочным	150	3,36	6,9	18,27	149,1	0,04	0,02	0	8,18	0,55
сб.р.2011г.,рец.№399	Соки овощные, фруктовые и ягодные	200	0,75	0	15,15	64	0,02	0,02	3	10,5	0,17
	Суммарный объем блюд:	350									
	Итого:		31,3	33,66	193,57	1156,94	147,09	0,928	39,47	132,214	9,884

День: 2 Детский сад											
№ ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<u>Завтрак</u>										
сб.р.2004г, рец.№84	Каша вязкая молочная "Дружба"	180	5,59	6,95	24,93	180,9	0,09	0,09	1,75	164,04	0,45
сб.р.2011г, рец.№395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	113,2	0,12	0,04	0,14	1,17
сб.р.2005г, рец.№2	Бутерброд с джемом	30	2,32	0,24	20,08	92	0,03	0,02	0,01	6,96	0,41
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	<u>Второй завтрак</u>										
сб.р.2011г,рец.№368	Флоды и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
	<u>Обед</u>										
сб.р.2007г, рец.№108	Суп картофельный с клецками с курой	200	5,49	7,5	20,17	186,13	0,16	0,21	5,65	31,38	1,45
сб.р.2004г, рец.№161	Котлета из говядины	70	9,84	8,02	7,16	139,13	0,04	0,06	0,81	27,03	0,86
сб.р.2011г., рец.№132	Капуста тушеная	150	3,02	5,66	10,14	109,5	0,05	0,03	18,3	83,07	1
сб.2011г,рец.43	Салат картофельный с огурцами солеными	50	0,84	6,79	5,64	88	0,03	0,01	6,64	10,24	0,41
сб.р.2011г,рец.№384	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180	1,22	0	26,11	104,57	0,01	0,1	0,36	19,18	4,5
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	700									
	<u>Уплотненный полдник</u>										
сб.р.2010г, рец.№438	Омлет натуральный с маслом	100	14,27	22,16	12,65	267,95	0,1	0,1	0,25	114,2	2,94
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	30	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
сб.р.2011г., рец.№401	Кефир,снежок,ряженка,йогурт	135	5,22	4,5	7,56	92	0,08	0,03	0,54	240	0,2
	Суммарный объем блюд:	265									
	Итого:		58,86	65,63	206,6	1630,9	113,88	0,81	44,35	719,88	16,27

День: 3 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	<u>Завтрак</u>										
сб.р.2004г, рец.№88	Каша вязкая манная молочная	180	5,59	6,72	22,58	172,8	0,07	0,06	1,75	164,36	0,27
сб.р.2011г., рец.№397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,87	107	137	0,43	0,05	0,17	1,43
сб.р.2011г, рец.№1	Бутерброд с маслом	30	2,3	4,36	14,62	108	0,03	0,03	0	6,6	0,34
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	<u>Второй завтрак</u>										
сб.р.2011г.,рец.№399	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0	15,15	64	0,02	0,02	3	10,5	0,17
	<u>Обед</u>										
сб.р.2004г., рец.№56	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200	2,95	4,8	6,87	94,49	0,05	0,03	15,54	37,48	0,68
сб.р.2012г., рец.№416	Плов с курицей	150	12,18	13,1	15,75	231,45	0	0	0,7	11,6	0,59
сб.2014г,рец.12	Салат из кукурузы консервированной	40	1,15	2,47	3,22	39,72	0,04	0,02	3,72	7,46	0,264
сб.р.2004г, рец.№241	Компот из сухофруктов	180	0,48	0	23,8	90	0	0	0,4	49,14	0,94
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	620									
	<u>Уплотненный полдник</u>										
сб.р.2011г., рец.№449	Оладьи с повидлом	150	10,57	8,9	61,2	364	0,19	0,19	0,61	111,3	1,75
сб.р.2011г., рец.№401	Кефир,снежок,ряженка,йогурт	135	5,22	4,5	7,56	92	0,08	0,03	0,54	240	0,2
	Суммарный объем блюд:	285									
	Итого:		48,76	48,54	210,62	1481,32	137,51	0,82	26,31	642,43	6,974

День:4 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<u>Завтрак</u>										
сб.р.2004г., рец.№96	Каша вязкая пшеничная молочная	180	6,31	7,28	25,55	191,7	0,13	0,024	1,75	166,81	0,68
сб.р.2011г., рец.№395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	113,2	0,12	0,04	0,14	1,17
сб.р.2005г., рец.№2	Бутерброд с джемом	30	2,32	0,24	20,08	92	0,03	0,02	0,01	6,96	0,41
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	<u>Второй завтрак</u>										
сб.р.2011г., рец.№399	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0	15,15	64	0,02	0,02	3	10,5	0,17
	<u>Обед</u>										
сб.р.2005г., рец.101	Суп "Харчо" с курой	200	3,93	4,9	16,84	120,88	0,08	0,02	7,12	6,84	0,97
сб.р.2004г., рец.№151	Голубцы ленивые	70	5,75	4,45	4,19	79,63	0,03	0,04	8,72	23,7	0,6
сб.р.2005г., рец.№228	с соусом красным основным	20	0,34	0,98	1,5	15,5	0,007	0,05	0	0	0,19
сб.р.2004г., рец.№297	Каша гречневая рассыпчатая	150	8,59	6,09	38,64	243	0,1449	0,1	0	14,82	4,56
сб.р.2005г., рец.№70	Овощи натуральные соленые или свежие	40	0,36	0,05	1,13	6,3	0,02	0,02	4,5	10,35	0,27
сб.р.2011г., рец.№384	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180	1,22	0	26,11	104,57	0,01	0,1	0,36	19,18	4,5
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	710									
	<u>Уплотненный полдник</u>										
сб.р.2004г., рец.№130	Сырники творожные	150	6,34	7,2	22,68	281,1	0,07	0,34	0,31	175,5	0,924
сб.2011г., рец.№350	с молочным соусом	30	1,03	2,62	3,67	41,9	0,01	0,03	0,16	32,91	0,09
сб.р.2004г., рец.№263	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	9,68	0,13	0	0,0036	1,64
	Суммарный объем блюд:	360									
	Итого:		43,69	36,72	225,88	1492,44	123,4619	1,024	25,97	471,5336	16,514

День: 5 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<u>Завтрак</u>										
сб.№р.2010г., рец.№168	Каша гречневая молочная	180	5,6	5,83	25,12	175,2	0,13	0,07	0	11,04	2,97
сб.р.2011г., рец.№397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,87	107	137	0,43	0,05	0,17	1,43
сб.р.2011г, рец.№1	Бутерброд с маслом	30	2,3	4,36	14,62	108	0,03	0,03	0	6,6	0,34
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	<u>Второй завтрак</u>										
сб.р.2011г.,рец.№368	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
	<u>Обед</u>										
сб.р.2008г., рец.№36	Суп гороховый с гренками на курином бульоне	200	7,06	0,56	16,2	133,6	0,21	0,1	4,26	97,49	2,17
сб.р.2010г., рец.№206	Картофельное пюре	120	2,44	3,19	14,45	113,6	0,11	0,08	14,36	36,94	0,85
сб.р.2004г., рец.№152	Гуляш из отварного мяса	70	6	7,6	2,47	164,8	0,04	0,02	0,8	3,79	0,18
сб.р.2004г, рец.№22	Салат из свеклы вареной	50	0,71	3,04	4,32	46,95	0,009	0,018	4,75	18,07	0,66
сб.р.2004г, рец.№241	Компот из сухофруктов	180	0,48	0	23,8	90	0	0	0,4	49,14	4,5
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	670									
	<u>Уплотненный полдник</u>										
сб.р.2004г., рец.№128	Пудинг творожный	190	27,96	36,98	59,63	396,16	0,15	0,43	0,55	336,85	2,31
сб.2011г, рец.№350	с молочным соусом	30	1,03	2,62	3,67	41,9	0,01	0,03	0,16	32,91	0,09
сб.р.2004г, рец.№263	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	9,68	0,13	0	0,0036	1,64
	Суммарный объем блюд:	400									
	Итого:		61,55	68,27	225,93	1582,07	147,43	1,368	35,33	612,824	19,02

День: 6 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<u>Завтрак</u>										
сб.р.2004г., рец.№96	Каша вязкая пшеничная молочная	180	6,31	7,28	25,55	191,7	0,13	0,024	1,75	166,81	0,68
сб.р.2011г., рец.№395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	113,2	0,12	0,04	0,14	1,17
сб.р.2005г, рец.№2	Бутерброд с джемом	30	2,32	0,24	20,08	92	0,03	0,02	0,01	6,96	0,41
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	<u>Второй завтрак</u>										
сб.р.2011г.,рец.№368	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
	<u>Обед</u>										
сб.р.2004г.рец.№134	Суп "Крестьянский"	200	2,42	1,64	13,2	132,35	0,04	0,03	7,08	34,64	0,63
сб.р.2011,рец.№247	Рыба тушеная , с овощами	70	7,04	3,56	1,92	70	0,06	0,08	2,26	30,09	0,62
сб.р.2011г.,рец.№317	Макаронные изделия	130	4,76	3,96	22,91	145,6	0,025	0,045	0	4,21	0,94
сб.2014г,рец.12	Салат из кукурузы консервированной	40	1,15	2,47	3,22	39,72	0,04	0,02	3,72	7,46	0,264
сб.р.2011г., рец.№384	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180	1,22	0	26,11	104,57	0,01	0,008	0,36	14,48	0,94
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	670									
	<u>Уплотненный полдник</u>										
сб.р.2004г., рец.№727	Блины с повидлом	20	4,68	9,24	49,44	342,9	0,18	0,14	1,68	40,8	2,76
		130									
сб.р.2004г, рец.№263	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	9,68	0,13	0	0,0036	1,64
	Суммарный объем блюд:	330									
	Итого:		37,05	31,7	222,57	1414,7	123,5	0,647	26,9	325,414	12,594

День: 7 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак										
сб.р.2004г, рец.№88	Каша вязкая манная молочная	180	5,59	6,72	22,58	172,8	0,07	0,06	1,75	164,36	0,27
сб.р.2011г., рец.№397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,87	107	137	0,43	0,05	0,17	1,43
сб.р.2011г, рец.№1	Бутерброд с маслом	30	2,3	4,36	14,62	108	0,03	0,03	0	6,6	0,34
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	Второй завтрак										
сб.р.2011г.,рец.№368	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
	Обед										
сб.р.2004г., рец.№27	Борщ с капустой свежей на мясном бульоне	200	2,82	4,79	7,83	93,69	0,04	0,02	7,8	34,54	0,87
сб.р.2012г., рец.№ 49	Картофельная запеканка с мясом	150	12,72	18,44	26,09	319,58	0,12	0,12	2,1	31	1,77
сб.р.2004г, рец.№22	Салат из свеклы вареной	50	0,71	3,04	4,32	46,95	0,009	0,018	4,75	18,07	0,66
сб.р.2004г, рец.№241	Компот из сухофруктов	180	0,48	0	23,8	90	0	0	0,4	49,14	4,5
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	630									
	Уплотненный полдник										
сб.р.2004г.,рец.№332	Макароны отварные с маслом сливочным	150	3,36	6,9	18,27	149,1	0,04	0,02	0	8,18	0,55
сб.р.2004г, рец.№263	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	9,68	0,13	0	0,0036	1,64
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	380									
	Итого:		39,85	48,84	203,16	1409,84	147,08	0,868	26,85	335,704	14,25

День: 8 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Ca	Fe
	<u>Завтрак</u>										
сб.№р.2010г., рец.№168	Каша гречневая молочная	180	5,6	5,83	25,12	175,2	0,13	0,07	0	11,04	2,97
сб.р.2011г, рец.№395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	113,2	0,12	0,04	0,14	1,17
сб.р.2005г, рец.№2	Бутерброд с джемом	30	2,32	0,24	20,08	92	0,03	0,02	0,01	6,96	0,41
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	<u>Второй завтрак</u>										
сб.р.2011г.,рец.№368	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
	<u>Обед</u>										
сб.р.2014г.,рец.№38	Суп картофельный с рыбой	200	4,65	1,44	8,53	63,67	0,09	0,07	11,74	21,8	0,75
сб.р.2004г.,рец.№174	Тефтели из говядины	70	8,98	9,49	7,31	150,5	0,04	0,04	0,79	4,59	0,23
сб.р.2011г., рец.№132	Капуста тушеная	150	3,02	5,66	10,14	109,5	0,05	0,03	18,3	83,07	1
сб.2014г,рец.12	Салат из кукурузы консервированной	40	1,15	2,47	3,22	39,72	0,04	0,02	3,72	7,46	0,264
сб.р.2011г., рец.№384	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180	1,22	0	26,11	104,57	0,01	0,008	0,36	14,48	0,94
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	690									
	<u>Уплотненный полдник</u>										
сб.р.2005г., рец.№209	Яйцо отварное	40	5,1	4,6	0,3	63	0,03	0,18	0	22	1
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	35	2,76	0,35	16,9	82,6	0,04	0,02	0	8	0,7
сб.р.2011г., рец.№401	Кефир,снежок,ряженка,йогурт	135	5,22	4,5	7,56	92	0,08	0,03	0,54	240	0,2
	Суммарный объем блюд:	210									
	Итого:		47,17	37,89	173,43	1225,62	113,8	0,638	45,5	439,36	12,174

День: 9 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	Завтрак										
сб.р.2004г, рец.№84	Каша вязкая молочная "Дружба"	180	5,59	6,95	24,93	180,9	0,09	0,09	1,75	164,04	0,45
сб.р.2011г., рец.№397	Какао с молоком	180	3,67	3,19	15,87	107	137	0,43	0,05	0,17	1,43
сб.р.2011г., рец.№1	Бутерброд с маслом	30	2,3	4,36	14,62	108	0,03	0,03	0	6,6	0,34
		5									
	Суммарный объем блюд:	395									
	Второй завтрак										
сб.р.2011г.,рец.№399	Соки овощные, фруктовые и ягодные	150	0,75	0	15,15	64	0,02	0,02	3	10,5	0,17
	Обед										
сб.р.2004г., рец.№56	Щи из свежей капусты на мясном бульоне	200	2,95	4,8	6,87	94,49	0,05	0,03	15,54	37,48	0,68
сб.№2004г,рец.№436	Жаркое по-домашнему	220	11,68	11,95	21,34	268,11	0,18	0,154	4,51	32,01	2,6
сб.р.2005г.,рец.№70	Овощи натуральные соленые или свежие	50	0,48	0,06	1,5	8,4	0,02	0,02	6	13,8	0,36
сб.р.2004г, рец.№241	Компот из сухофруктов	180	0,48	0	23,8	90	0	0	0,4	49,14	4,5
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	700									
	Уплотненный полдник										
сб.р.2011г.№108	Печенье	50	2,3	2,9	22,3	125,1	0	0	0	8,7	0,6
сб.р.2002	Зефир	50	0,27	0	32	130,67	0	0,01	0	10,67	0,53
сб.р.2011г., рец.№401	Кефир,снежок,ряженка,йогурт	135	5,22	4,5	7,56	92	0,08	0,03	0,54	240	0,2
	Суммарный объем блюд:	235									
	Итого:		39,59	39,21	209,94	1386,53	137,5	0,824	31,79	576,93	12,2

День: 10 Детский сад											
№ТК	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность	Витамины, мг			Минеральные вещества, мг	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<u>Завтрак</u>										
сб.р.2004г, рец.№88	Каша вязкая манная молочная	180	5,59	6,72	22,58	172,8	0,07	0,06	1,75	164,36	0,27
сб.р.2011г., рец.№395	Кофейный напиток с молоком	180	2,85	2,41	14,36	91	113,2	0,12	0,04	0,14	1,17
сб.р.2005г, рец.№2	Бутерброд с джемом	30	2,32	0,24	20,08	92	0,03	0,02	0,01	6,96	0,41
		10									
	Суммарный объем блюд:	400									
	<u>Второй завтрак</u>										
сб.р.2011г.,рец.№368	Плоды и ягоды свежие	100	0,4	0,4	9,8	44	0,03	0,02	10	16	2,2
	<u>Обед</u>										
сб.р.1994г.рец.№151	Суп картофельный с макаронными изделиями на мясном бульоне	200	4,84	5,05	8,73	91,35	0,16	0,15	0	33,11	0,88
сб.р.2012г., рец.№416	Плов с курицей	150	12,18	13,1	15,75	231,45	0	0	0,7	11,6	0,59
сб.р.2004г, рец.№22	Салат из свеклы вареной	50	0,71	3,04	4,32	46,95	0,009	0,018	4,75	18,07	0,66
сб.р.2011г., рец.№384	Кисель из плодово-ягодного концентрата	180	1,22	0	26,11	104,57	0,01	0,008	0,36	14,48	0,94
сб.р.2011г.№1	Хлеб пшеничный	50	3,9	0,5	24	117,86	0,03	0,01	0	3,82	0,34
	Суммарный объем блюд:	630									
	<u>Уплотненный полдник</u>										
сб.р.2011г., рец.№449	Оладьи с повидлом	150	10,57	8,9	61,2	364	0,19	0,19	0,61	111,3	1,75
сб.р.2004г, рец.№263	Чай с сахаром	180	0	0	11,98	43	9,68	0,13	0	0,0036	1,64
	Суммарный объем блюд:	330									
	Итого:		44,58	40,36	218,91	1398,98	123,409	0,726	18,22	379,844	10,19