

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ДЕТСКИЙ САД  
№34 «Золотой ключик» МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ АБИНСКИЙ РАЙОН**

**УТВЕРЖДАЮ:**

**Заведующий**

**МБДОУ детский сад № 34**

**Е.И.Бацура**

**приказ № 59 от 01 июня 2021 г.**



**МЕНЮ ПРИГОТАВЛИВАЕМЫХ БЛЮД  
НА ЛЕТНЕ-ОСЕННИЙ ПЕРИОД**

**для возрастных категорий от 1 года до 3-х лет и от 3-х до 7 лет**







лук	10	12											
масло сливочное	2	3											
масло растительное	2	2											
вода	50	75											
<b>Салат из свежих помидоров с луком</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	1,11	1,48	2,32	2,47	4,30	5,70	41,00	48,00	32 азб.пит.
помидоры свежие	35	55											
лук	10	13											
масло растительное	2	2											
<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,20	0,40	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
сухофрукты	11	13											
сахар	5	6											
вода	150	180											
<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
					19,28	26,89	26,66	35,66	86,83	113,40	530,90	728,85	
<b>Булочка "Витьба"</b>			<b>60</b>	<b>70</b>	6,00	7,00	5,20	7,82	29,12	32,60	174,00	202,00	134 азб. пит.
мука пшеничная	41	48											
молоко	15	20											
яйцо	6	6											
сахар	4	5											
дрожжи	0,7	0,9											
масло сливочное	2	2											
масло растительное	1	1											
<b>Молоко кипяченое</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм
					9,77	11,35	8,45	11,57	35,32	39,80	244,00	283,00	
Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
					38,52	51,41	47,98	64,69	179,96	232,39	1193,76	1488,66	







обед:	<b>Картофельное пюре</b>			<b>120</b>	<b>150</b>	3,86	3,95	4,20	4,43	22,32	24,80	144,00	147,00	694 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	140	180											
	31.10 - 31.12	145	185											
	31.12 - 28.02	160	200											
	29.02 - 01.09	170	210											
	молоко	20	30											
	масло сливочное	3	4											
	<b>Салат овощной</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0,27	0,38	0,03	0,05	0,57	0,84	4,57	6,00	155 орг. дет. пит.
	капуста свежая	20	30											
	лук	5	7											
	помидор свежий	15	20											
	огурец свежий	15	20											
	зелень	2	3											
	масло растительное	2	3											
	<b>Компот из свежих фруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
фрукты свежие	35	45												
сахар	5	6												
вода	150	180												
<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
<b>итого за обед:</b>					23,50	31,92	15,49	19,20	68,67	81,68	530,37	642,40		
полдник:	<b>Пудинг творожный со сметаной</b>			<b>110/20</b>	<b>130/20</b>	16,00	20,90	13,02	16,00	21,10	26,40	184,00	215,60	59 рец.бл.
	творог	75	95											
	рис	5	7											
	яйцо	10	10											
	молоко	10	20											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	2	3											
сметана	20	20												
<b>Молочный продукт</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм	
<b>итого за полдник:</b>					19,77	25,25	16,27	19,75	27,30	33,60	254,00	296,60		
	Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
<b>Итого за день:</b>					54,40	74,12	45,03	55,65	152,31	195,79	1196,97	1438,84		



Прием пищи	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
						Белки		Жиры		Углеводы				
		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Неделя 1 День 3  завтрак:	<b>Омлет натуральный</b>			<b>100</b>	<b>110</b>	8,90	11,29	10,07	12,11	3,15	3,68	160,00	182,13	438 сб. рец.
	яйцо	58	67											
	молоко	39	43											
	масло сливочное	2	2											
	<b>Зеленый горошек</b>	40	50	<b>40</b>	<b>50</b>	0,60	1,00	0,40	0,07	1,27	2,11	17,79	21,99	99 рец.бл.
	<b>Хлеб пшеничный с маслом и сыром</b>			<b>20/5/6</b>	<b>25/5/10</b>	2,95	4,26	5,56	6,78	9,90	12,40	102,00	128,00	3 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	сыр	6	10											
	масло сливочное	5	5											
	<b>Чай с сахаром</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 азб. пит.
	чай заварка	0,45	0,55											
сахар	6	7												
вода	180	200												
второй завтрак:	<b>Фрукты свежие</b>	102	105	<b>102</b>	<b>105</b>	0,41	0,42	0,41	0,42	10,00	10,30	48,00	49,00	847 сб. рец.
итого за завтрак:					12,86	16,97	16,44	19,38	36,32	41,82	375,79	434,45		
обед:	<b>Суп рыбный</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	12,85	13,56	2,37	6,44	17,50	20,20	131,00	140,00	270 сб. рец.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	70	80											
	31.10 - 31.12	76	86											
	31.12 - 28.02	80	90											
	29.02 - 01.09	90	100											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	2	2											
	крупа	6	7											
	рыба свежемороженая	25	35											
	зелень	2	3											
	вода	130	180											
	<b>Оладьи из мяса птицы</b>			<b>60</b>	<b>70</b>	11,40	13,23	11,61	13,41	1,50	1,85	191,00	216,21	72 орг. дет. пит.
	мясо птицы	80	100											
	сметана	8	12											
	лук	10	12											
яйцо	6	6												
крахмал	7	10												
масло растительное	3	5												
<b>Рагу из овощей</b>			<b>120</b>	<b>150</b>	2,83	3,64	6,45	8,50	15,49	24,09	115,97	152,82	103 орг. дет. пит.	



обед:	картофель:													
	01.09 - 31.10	80	100											
	31.10 - 31.12	85	105											
	31.12 - 28.02	100	120											
	29.02 - 01.09	110	130											
	капуста свежая	20	30											
	морковь	10	12											
	лук	10	12											
	томат-паста	10	12											
	перец болгарский	6	10											
	кабачки/баклажаны	60	70											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	3	4											
	<b>Компот из свежих фруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
	фрукты свежие	35	45											
сахар	5	6												
вода	150	180												
<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
<b>итого за обед:</b>					30,33	34,62	21,06	29,14	69,99	91,14	600,97	714,03		
полдник:	<b>Каша гречневая молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	5,30	6,40	2,80	2,90	26,70	37,20	152,10	203,42	679 сб. рец.
	крупа гречневая	15	17											
	молоко	130	150											
	вода	20	50											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
	<b>Хлеб пшеничный</b>	15	20	<b>15</b>	<b>20</b>	1,14	1,52	0,12	0,16	7,35	9,80	35,25	47,00	120 алгоритм
	<b>Какао на молоке</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм
	какао порошок	1,2	1,5											
	молоко	130	150											
вода	50	50												
сахар	5	6												
<b>итого за полдник:</b>					9,80	11,33	5,76	6,07	48,93	63,00	286,95	351,53		
	Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
<b>Итого за день:</b>					52,99	62,92	43,26	54,59	155,24	195,96	1263,71	1500,01		



Прием пищи	Наименование блюда	Брутто		Вес блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		№ рецептуры
						Белки		Жиры		Углеводы				
Неделя 1		ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
День 4														
завтрак:	<b>*Каша манная молочная</b>			<b>150</b>	<b>200</b>	3,50	6,64	6,20	8,15	25,30	29,80	*166,00	221,00	97 алгоритм
	крупка манная	15	17											
	молоко	130	150											
	сахар	4	5											
	масло сливочное	3	4											
	вода	20	50											
	<b>Хлеб пшеничный с маслом</b>			<b>20/5</b>	<b>25/5</b>	1,60	2,40	4,60	4,60	9,90	14,90	87,00	111,00	1 сб. рец.
	хлеб пшеничный	20	25											
	масло сливочное	5	5											
	<b>Чай с сахаром</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	0,00	0,00	0,00	0,00	12,00	13,33	48,00	53,33	56 аз. пит.
	чай заварка	0,45	0,55											
	сахар	6	7											
вода	180	200												
второй завтрак:	<b>Сок фруктовый</b>	120	120	<b>120</b>	<b>120</b>	0,55	0,55	0,11	0,11	11,02	11,02	65,46	65,46	437 кар. блюд
итого за завтрак:						5,65	9,59	10,91	12,86	58,22	69,05	366,46	450,79	
обед:	<b>Суп гороховый с гренками</b>			<b>150/7</b>	<b>180/15</b>	6,81	8,85	9,57	14,74	16,70	19,00	98,00	136,00	206 орг.дет.пит.
	картофель:													
	01.09 - 31.10	70	80											
	31.10 - 31.12	76	86											
	31.12 - 28.02	80	90											
	29.02 - 01.09	90	100											
	мясо	15	16											
	горох	8	10											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	зелень	2	3											
	масло сливочное	3	3											
	хлеб пшеничный	12	18											
	вода	130	160											
	<b>Котлета рыбная</b>			<b>60</b>	<b>70</b>	8,39	11,81	9,05	12,73	6,20	7,40	135,00	149,00	510 сб. рец.
	рыба свежемороженая	120	130											
	лук	6	7											
яйцо	3	3												
хлеб пшеничный	5	9												
масло растительное	2	2												
	<b>Рис отварной с овощами</b>			<b>110</b>	<b>130</b>	2,32	2,78	6,68	8,60	28,10	34,21	125,00	150,00	684 сб. рец.











обед:	01.09 - 31.10	180	200											
	31.10 - 31.12	185	205											
	31.12 - 28.02	190	220											
	29.02 - 01.09	210	230											
	морковь	12	15											
	лук	12	15											
	масло сливочное	3	4											
	масло растительное	3	3											
	<b>Овощи порционные</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0,24	0,32	0,03	0,04	0,50	0,70	4,00	5,00	42 орг. дет. пит.
	огурцы или помидоры свежие	45	65											
	<b>Компот из свежих фруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,16	0,18	0,16	0,18	11,90	14,40	51,00	61,00	90 алгоритм
	фрукты свежие	35	45											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм	
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
<b>итого за обед:</b>					21,26	27,86	20,61	25,31	71,10	88,90	490,00	678,00		
полдник:	<b>Запеканка творожная со сгущенным молоком</b>			<b>120/10</b>	<b>130/20</b>	13,69	17,84	11,45	14,31	17,20	24,80	207,00	258,00	42 азб. пит.
	творог	75	95											
	крупа манная	5	7											
	яйцо	10	10											
	сахар	4	5											
	молоко	10	20											
	масло сливочное	1	2											
	сгущенное молоко	10	20											
	<b>Какао на молоке</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	3,36	3,41	2,84	3,01	14,88	16,00	99,60	101,11	89 алгоритм
	какао порошок	1,2	1,5											
сахар	5	6												
молоко	130	150												
вода	50	50												
<b>итого за полдник:</b>					17,05	21,25	14,29	17,32	32,08	40,80	306,60	359,11		
	Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
<b>Итого за день:</b>					45,53	58,09	46,39	54,72	155,88	195,83	1134,60	1487,67		







	морковь	13	17											
	лук	13	17											
	сметана	10	12											
	вода	30	40											
	масло растительное	3	3											
обед:	<b>Вермишель отварная с маслом</b>			<b>110</b>	<b>130</b>	1,67	2,44	2,65	3,46	12,60	15,50	94,00	120,25	414 сб. рец.
	макаронные изделия	38	45											
	масло сливочное	3	4											
	<b>Овощи порционные</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0,24	0,32	0,03	0,04	0,50	0,70	4,00	5,00	42 орг. дет. пит.
	огурцы или помидоры свежие	45	65											
	<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,20	0,20	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм	
<b>итого за обед:</b>					15,72	21,50	12,74	16,28	100,00	126,90	516,90	646,16		
полдник:	<b>Булочка с "посыпкой"</b>			<b>60</b>	<b>70</b>	5,00	5,73	5,38	6,80	22,20	26,20	145,00	189,00	85 орг. дет. пит.
	мука пшеничная	41	48											
	молоко	15	20											
	яйцо	5	5											
	сахар	4	5											
	дрожжи	0,7	0,9											
	масло сливочное	2	2											
	масло растительное	1	1											
<b>Молочный продукт</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	3,77	4,35	3,25	3,75	6,20	7,20	70,00	81,00	89 алгоритм	
<b>итого за полдник:</b>					8,77	10,08	8,63	10,55	28,40	33,40	215,00	270,00		
	Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
<b>Итого за день:</b>					37,49	48,68	37,15	45,90	165,74	202,84	1125,15	1367,07		







обед:	лук	8	12											
	морковь	8	12											
	томат-паста	10	12											
	масло растительное	2	2											
	<b>для соуса:</b>													
	сметана	13	13											
	мука пшеничная	2	3											
	масло сливочное	2	2											
	вода	20	20											
	<b>Овощи порционные</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	<b>0,27</b>	<b>0,32</b>	<b>0,03</b>	<b>0,04</b>	<b>0,50</b>	<b>0,70</b>	<b>4,00</b>	<b>5,00</b>	<b>42 орг. дет. пит.</b>
	огурцы или помидоры свежие	45	65											
	<b>Компот из свежих фруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	<b>0,16</b>	<b>0,18</b>	<b>0,16</b>	<b>0,18</b>	<b>11,90</b>	<b>14,40</b>	<b>51,00</b>	<b>61,00</b>	<b>90 алгоритм</b>
	фрукты свежие	35	45											
	сахар	5	6											
вода	150	180												
<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	<b>1,52</b>	<b>2,05</b>	<b>0,16</b>	<b>0,22</b>	<b>9,80</b>	<b>13,30</b>	<b>47,00</b>	<b>63,00</b>	<b>120 алгоритм</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	<b>1,57</b>	<b>1,96</b>	<b>0,31</b>	<b>0,39</b>	<b>13,80</b>	<b>17,30</b>	<b>65,00</b>	<b>81,00</b>	<b>121 алгоритм</b>	
<b>итого за обед:</b>					<b>17,13</b>	<b>24,39</b>	<b>19,97</b>	<b>27,92</b>	<b>67,90</b>	<b>91,50</b>	<b>531,00</b>	<b>642,00</b>		
полдник:	<b>Сырники из творога со сгущенным молоком</b>			<b>110/20</b>	<b>120/30</b>	<b>18,66</b>	<b>23,65</b>	<b>10,93</b>	<b>13,48</b>	<b>18,30</b>	<b>23,35</b>	<b>182,10</b>	<b>239,20</b>	<b>463 сб. рец.</b>
	творог	100	110											
	мука пшеничная	13	15											
	яйцо	5	5											
	сахар	4	5											
	масло растительное	2	2											
	сгущенное молоко	20	30											
<b>Молоко кипяченое</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	<b>3,77</b>	<b>4,35</b>	<b>3,25</b>	<b>3,75</b>	<b>6,20</b>	<b>7,20</b>	<b>70,00</b>	<b>81,00</b>	<b>89 алгоритм</b>	
<b>итого за полдник:</b>					<b>22,43</b>	<b>28,00</b>	<b>14,18</b>	<b>17,23</b>	<b>24,50</b>	<b>30,55</b>	<b>252,10</b>	<b>320,20</b>		
	Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
<b>Итого за день:</b>					<b>44,97</b>	<b>62,11</b>	<b>44,96</b>	<b>57,07</b>	<b>152,90</b>	<b>195,78</b>	<b>1141,10</b>	<b>1413,03</b>		







	хлеб пшеничный	5	7											
	масло растительное	3	4											
	<b>Каша гречневая</b>			<b>110</b>	<b>130</b>	2,40	3,57	2,98	3,71	20,00	22,00	113,70	117,63	113 рецептура
	крупа гречневая	30	40											
	вода	60	70											
	масло сливочное	2	3											
	<b>Салат летний</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0,40	0,60	2,06	3,09	1,40	2,20	26,00	40,00	116 азб. пит.
	огурцы свежие	20	30											
	помидоры свежие	25	35											
	лук	5	6											
	масло растительное	2	3											
	<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	0,20	0,20	0,00	0,00	17,70	20,40	64,80	80,50	92 алгоритм
	сухофрукты	11	13											
	сахар	5	6											
	вода	150	180											
	<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	1,52	2,05	0,16	0,22	9,80	13,30	47,00	63,00	120 алгоритм
	<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	1,57	1,96	0,31	0,39	13,80	17,30	65,00	81,00	121 алгоритм
<b>итого за обед:</b>						20,87	28,06	26,64	33,16	69,00	82,75	611,56	700,96	
	<b>Яйцо отварное</b>	40	40	<b>40</b>	<b>40</b>	2,08	2,08	2,60	2,60	0,21	0,21	43,00	43,00	77 рецептура
	<b>Овощи порционные</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	0,24	0,32	0,03	0,04	0,50	0,70	4,00	5,00	42 орг. дет. пит
	огурцы или помидоры свежие	45	65											
	<b>Хлеб ржаной</b>	20	30	<b>20</b>	<b>30</b>	1,12	1,68	0,22	0,33	9,90	10,90	46,00	56,00	121 алгоритм
	<b>Сок фруктовый</b>	150	180	<b>150</b>	<b>180</b>	0,75	0,90	0,15	0,90	20,12	23,95	100,25	115,50	437 кар. блюд
	<b>Кондитерское изделие</b>	20	50	<b>20</b>	<b>50</b>	4,35	6,25	4,98	6,68	20,60	37,65	56,40	114,30	120 алгоритм
<b>итого за полдник:</b>						8,54	11,23	7,98	10,55	51,33	73,41	249,65	333,80	
	Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
<b>Итого за день:</b>						39,84	53,24	49,37	62,51	180,17	228,77	1245,61	1532,20	















обед:	для соуса:													
	морковь	5	5											
	лук	8	9											
	томат-паста	4	5											
	масло растительное	1	1											
	<b>Картофельное пюре</b>			<b>120</b>	<b>150</b>	<b>3,86</b>	<b>3,95</b>	<b>4,20</b>	<b>4,43</b>	<b>22,32</b>	<b>24,80</b>	<b>144,00</b>	<b>147,00</b>	<b>694 сб. рец.</b>
	картофель:													
	01.09 - 31.10	140	180											
	31.10 - 31.12	145	185											
	31.12 - 28.02	160	200											
	29.02 - 01.09	170	210											
	молоко	20	30											
	масло сливочное	3	4											
	<b>Салат из капусты со свежим огурцом</b>			<b>40</b>	<b>60</b>	<b>0,51</b>	<b>0,58</b>	<b>2,08</b>	<b>3,09</b>	<b>1,80</b>	<b>2,10</b>	<b>29,00</b>	<b>39,00</b>	<b>63 сб. рец.</b>
	капуста свежая	24	36											
	лук	5	6											
	огурец свежий	17	27											
	масло растительное	2	3											
	<b>Компот из сухофруктов</b>			<b>150</b>	<b>180</b>	<b>0,20</b>	<b>0,20</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>17,70</b>	<b>20,40</b>	<b>64,80</b>	<b>80,50</b>	<b>92 алгоритм</b>
	сухофрукты	11	13											
сахар	5	6												
вода	150	180												
<b>Хлеб пшеничный</b>	20	27	<b>20</b>	<b>27</b>	<b>1,52</b>	<b>2,05</b>	<b>0,16</b>	<b>0,22</b>	<b>9,80</b>	<b>13,30</b>	<b>47,00</b>	<b>63,00</b>	<b>120 алгоритм</b>	
<b>Хлеб ржаной</b>	28	35	<b>28</b>	<b>35</b>	<b>1,57</b>	<b>1,96</b>	<b>0,31</b>	<b>0,39</b>	<b>13,80</b>	<b>17,30</b>	<b>65,00</b>	<b>81,00</b>	<b>121 алгоритм</b>	
<b>итого за обед:</b>					<b>30,87</b>	<b>33,65</b>	<b>22,12</b>	<b>30,38</b>	<b>88,92</b>	<b>103,40</b>	<b>654,80</b>	<b>753,50</b>		
полдник:	<b>Кондитерское изделие</b>	50	70	<b>50</b>	<b>70</b>	<b>6,25</b>	<b>7,98</b>	<b>6,68</b>	<b>9,01</b>	<b>37,65</b>	<b>40,99</b>	<b>114,30</b>	<b>167,80</b>	<b>120 алгоритм</b>
	<b>Чай с сахаром</b>			<b>180</b>	<b>200</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>12,00</b>	<b>13,33</b>	<b>48,00</b>	<b>53,33</b>	<b>56 азб. пит.</b>
	чай заварка	0,45	0,55											
	сахар	6	7											
	вода	180	200											
<b>Фрукты свежие</b>	102	105	<b>102</b>	<b>105</b>	<b>0,41</b>	<b>0,42</b>	<b>0,41</b>	<b>0,42</b>	<b>10,00</b>	<b>10,30</b>	<b>48,00</b>	<b>49,00</b>	<b>847 сб. рец.</b>	
<b>итого за полдник:</b>					<b>6,66</b>	<b>8,40</b>	<b>7,09</b>	<b>9,43</b>	<b>59,65</b>	<b>64,62</b>	<b>210,30</b>	<b>270,13</b>		
	Соль йодированная	2,25	3,75	<b>2,25</b>	<b>3,75</b>									
<b>Итого за день:</b>					<b>49,90</b>	<b>56,27</b>	<b>43,56</b>	<b>57,15</b>	<b>204,27</b>	<b>234,24</b>	<b>1307,16</b>	<b>1532,20</b>		
<b>Среднее значение за период:</b>					<b>44,795</b>	<b>57,754</b>	<b>44,165</b>	<b>56,060</b>	<b>170,915</b>	<b>211,646</b>	<b>1196,017</b>	<b>1466,398</b>		