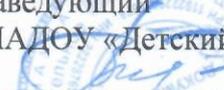


МУНИЦИПАЛЬНОЕ АВТОНОМНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ  
УЧРЕЖДЕНИЕ «Детский сад №275»  
(МАДОУ «Детский сад №275»)

УВЕРЖДАЮ:  
Заведующий  
МАДОУ «Детский сад №275»  
  
В.В. Гусейнова  
приказ от 31.05.2024 №149-осн.



05 - Организация питания

Дело № 05-03

Меню приготавливаемых блюд  
МАДОУ «Детский сад №275»  
(возрастная категория 3-7 лет)

Начато: 03.06.2024

Окончено: \_\_\_\_\_

Хранить: 1 год п.2057 пр. 1030

Фонд № \_\_\_\_\_  
Опись № \_\_\_\_\_  
Дело № \_\_\_\_\_

Барнаул, 2024

Утверждаю:  
Руководитель



**Меню приготавливаемых блюд**

Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша гречневая молочная вязкая	200	7,27	8,65	27,18	215,66	185/5
	Бутерброды с маслом	30	1,92	4,36	12,92	98,48	1/4
	Кофейный напиток с молоком	130	4,09	4,22	14,86	113,79	395/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>410</b>	<b>13</b>	<b>17</b>	<b>55</b>	<b>428</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Кукуруза консервированная	50	1,10	0,20	5,60	28,60	12/4
	Щи из квашеной капусты	180	4,35	4,93	16,72	128,59	70/4
	Гуляш из отварного мяса	70	15,41	8,84	11,20	185,99	277/4
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,87	2,04	24,86	137,35	205/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	180	0,30		7,99	33,20	/0
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>31</b>	<b>17</b>	<b>96</b>	<b>658</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Крендель сахарный	70	6,24	8,02	23,79	192,26	479/4
	Молоко кипяченое	180	5,22	3,74	5,50	76,57	400/4
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>29</b>	<b>269</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Суп молочный с макаронными изделиями	200	7,55	10,61	46,21	310,54	77/5
	Яйца вареные	40	5,08	4,60	0,28	62,84	213/4
	Хлеб пшеничный	10	0,76	0,08	4,92	23,44	114п/2
	Чай с сахаром	200			12,40	49,57	282/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>13</b>	<b>15</b>	<b>64</b>	<b>446</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1790</b>	<b>69</b>	<b>61</b>	<b>244</b>	<b>1801</b>	

Утверждено  
Заведующий  
В. В. Тусейнова



**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша рисовая молочная жидкая	180	6,12	6,79	28,57	199,92	п.98/1
	Бутерброды с сыром	42	5,08	7,18	12,91	136,54	3/4
	Какао с молоком	180	4,06	4,34	12,04	103,47	397/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>15</b>	<b>18</b>	<b>54</b>	<b>440</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Овощи отварные порционно	50	0,65	2,05	3,95	36,83	42/4
	Суп картофельный с крупой	180	3,90	5,77	16,61	133,89	80/4
	Рулет с луком и яйцами	70	10,93	8,95	4,49	142,07	295/1
	Пюре картофельное (гарнир)	130	3,90	4,22	16,17	118,22	321/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,17		21,25	85,71	383/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>24</b>	<b>22</b>	<b>92</b>	<b>661</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кекс "Творожный"	70	11,50	8,57	23,61	217,61	475/5
	Варенец	130	3,13	2,70	4,43	54,54	401/0
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>15</b>	<b>11</b>	<b>28</b>	<b>272</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Рагу из овощей	200	4,39	11,50	37,95	272,80	п.77/1
	Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,20	114п/2
	Чай с сахаром	200			9,44	37,75	282/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>8</b>	<b>12</b>	<b>72</b>	<b>428</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1782</b>	<b>62</b>	<b>63</b>	<b>246</b>	<b>1801</b>	

Утверждено  
Заведующий  
В.В. Гусейнова



**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша манная молочная жидкая	200	5,92	9,61	25,20	211,01	194/5
	Бутерброды с маслом	30	1,92	5,08	12,93	105,07	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	4,09	5,05	13,96	117,69	395/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>410</b>	<b>12</b>	<b>20</b>	<b>52</b>	<b>434</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Свежие овощи	50	0,35	0,05	0,95	5,65	13/4
	Суп картофельный с бобовыми и гречками	180	5,75	2,20	13,29	95,79	62/5
	Птица, тушенная в соусе с овощами	200	30,20	21,74	12,48	366,35	302/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,48	15,96	80,36	115п/2
	Компот из свежих плодов	180	0,30		10,74	44,14	293/5
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>41</b>	<b>25</b>	<b>63</b>	<b>639</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия	40	3,00	3,30	25,17	142,40	/0
	Соки овощные или ягодные	160	0,80		13,74	58,14	399/4
	Плоды и ягоды свежие	200	0,80		16,27	68,27	368/4
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>400</b>	<b>5</b>	<b>3</b>	<b>55</b>	<b>269</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка из печени с рисом	200	23,77	13,36	22,43	304,94	294/4
	Соус молочный (для подачи к блюду)	30	1,51	2,96	6,39	58,22	350/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Чай с сахаром	200			12,00	47,97	282/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>27</b>	<b>16</b>	<b>51</b>	<b>458</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1940</b>	<b>85</b>	<b>64</b>	<b>221</b>	<b>1800</b>	

Утверждено  
 заведующий  
 В.В. Гусейнова



**Меню приготавливаемых блюд**  
 Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша овсяная "Геркулес" молочная вязкая	200	6,83	8,22	23,44	195,04	184/5
	Бутерброд с сыром	42	5,08	9,31	12,92	155,63	3/5
	Какао с молоком	180	4,06	4,34	12,22	104,19	397/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>422</b>	<b>16</b>	<b>22</b>	<b>49</b>	<b>455</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Огурцы соленые	50	0,40	0,05	0,85	5,45	20/4
	Борщ со свежей капусты	180	3,83	6,63	12,81	126,11	66/4
	Биточки паровые	70	13,57	10,98	6,41	178,69	289/4
	Пюре картофельное (гарнир)	130	4,21	4,26	23,30	148,39	321/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Соки овощные или ягодные	180	0,90		5,45	25,42	399/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>27</b>	<b>23</b>	<b>79</b>	<b>628</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Булочка дорожная	70	7,25	7,52	20,81	179,73	470/4
	Снежок	180	4,86	2,70	11,47	89,62	401/0
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>12</b>	<b>10</b>	<b>32</b>	<b>269</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка из творога	200	42,22	9,47	17,45	323,79	237/4
	Соус молочный (сладкий)	30	0,84	2,35	5,95	48,27	351/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Чай с сахаром	200			7,01	28,01	282/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>45</b>	<b>12</b>	<b>40</b>	<b>447</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1802</b>	<b>100</b>	<b>67</b>	<b>200</b>	<b>1800</b>	

Утверждено  
завершающей  
В. В. Тусинова

Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша ячневая молочная вязкая	200	7,07	9,59	31,05	238,76	п.99/1
	Бутерброды с маслом	30	1,92	4,36	12,92	98,48	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	4,09	5,05	14,42	119,52	395/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>410</b>	<b>13</b>	<b>19</b>	<b>58</b>	<b>457</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Свежие овощи	50	0,43	2,07	1,37	25,83	/4
	Суп картофельный с макаронными изделиями	180	4,56	3,37	22,52	138,58	58/5
	Плов из отварной говядины	200	15,58	9,59	22,06	236,93	114/5
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из-изюма с витамином С	180	0,51	0,09	20,06	83,07	376/0
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>26</b>	<b>16</b>	<b>96</b>	<b>629</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия	40	1,92	1,29	33,57	153,54	/0
	Соки овощные или ягодные	160	0,80		16,16	67,84	399/4
	Плоды и ягоды свежие	200	0,80		13,33	56,51	368/4
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>400</b>	<b>4</b>	<b>1</b>	<b>63</b>	<b>278</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Суфле рыбное	200	35,82	14,02	4,37	286,83	86/5
	Соус сметанный	30	0,89	5,50	4,63	71,49	354/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Чай с лимоном	200	0,23	0,03	7,76	32,14	393/4
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>38</b>	<b>20</b>	<b>27</b>	<b>437</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1940</b>	<b>81</b>	<b>56</b>	<b>244</b>	<b>1801</b>	

Утверждено  
заверующий  
В.В. Тусейнов



Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Омлет на натуральном молоке	180	9,44	16,36	5,42	206,64	216/4
	Бутерброды с сыром	42	5,71	6,00	6,50	102,79	3/4
	Какао с молоком	180	4,06	4,34	18,21	128,14	397/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>19</b>	<b>27</b>	<b>30</b>	<b>438</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Огурцы соленые	50	0,40	0,05	0,85	5,45	20/4
	Суп с рыбными консервами	180	5,86	2,37	10,50	86,83	87/5
	Тефтели мясные (1-й вариант)	70	13,79	5,42	14,48	161,84	286/4
	Пюре из гороха	130	10,92	2,37	23,97	160,84	п.107/1
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Кисель из повидла, джема, варенья	180	0,17		25,31	101,94	383/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>36</b>	<b>11</b>	<b>105</b>	<b>661</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Сухарики в сахарном сиропе	70	1,88	1,09	24,34	114,66	1/0
	Молоко кипяченое	180	5,22	8,64	12,69	149,40	400/4
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>37</b>	<b>264</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Суп молочный с крупой ("Артек", пшено, рис)	200	6,91	11,99	36,65	282,15	75/5
	Хлеб пшеничный	50	3,04	0,32	19,68	93,76	114п/2
	Чай с сахаром	200			15,20	60,79	282/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>72</b>	<b>437</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1782</b>	<b>72</b>	<b>60</b>	<b>244</b>	<b>1800</b>	

*Затверждено  
заверующий  
В. В. Турецкого*

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшеничная молочная жидкая	200	6,90	9,49	27,32	222,20	198/5
	Бутерброды с маслом	30	1,92	4,36	12,92	98,48	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	4,09	4,22	13,20	107,14	395/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>410</b>	<b>13</b>	<b>18</b>	<b>53</b>	<b>428</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Горошек консервированный	50	1,55	0,10	3,25	20,10	10/0
	Рассольник ленинградский	180	4,04	6,25	18,66	146,95	76/4
	Бефстроганов из отварного мяса	70	13,80	9,05	10,99	180,59	278/4
	Макаронные изделия отварные с маслом	130	4,98	1,93	25,41	138,96	205/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	180	0,50		6,01	26,04	/0
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>29</b>	<b>18</b>	<b>94</b>	<b>657</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Булочка "Нежная"	70	7,45	7,80	21,10	184,40	п.270/1
	Йогурт	180	9,00	2,88	3,78	77,04	536п/2
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>16</b>	<b>11</b>	<b>25</b>	<b>261</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Запеканка капустная с маслом	180	6,13	8,80	38,03	255,81	165/5
	Соус сметанный	30	0,98	2,70	6,96	56,08	354/4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	114п/2
	Чай с сахаром	200			12,00	47,97	282/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>10</b>	<b>12</b>	<b>77</b>	<b>454</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1790</b>	<b>69</b>	<b>59</b>	<b>249</b>	<b>1800</b>	



Утверждено  
завершено  
В.В. Тусейнова



**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
к СанПин 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 4</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша молочная "Дружба"	200	5,99	6,87	31,50	211,73	200/5
	Бутерброды с маслом	30	1,91	3,63	14,19	97,01	1/4
	Кофейный напиток с молоком	180	3,80	5,82	16,21	132,45	395/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>410</b>	<b>12</b>	<b>16</b>	<b>62</b>	<b>441</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Свежие овощи	50	0,53	0,10	1,82	10,27	14/0
	Суп картофельный "Московский"	180	4,72	7,93	20,67	172,85	80/4
	Жаркое по-домашнему	200	20,18	15,31	20,91	302,19	276/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Соки овощные или ягодные	180	0,45		1,82	9,07	399/4
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>30</b>	<b>24</b>	<b>75</b>	<b>639</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Пирожки печеные с печенью	70	6,99	7,49	15,51	157,24	№249/0
	Кефир	180	5,22	5,76	7,20	101,52	401/2
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>250</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>23</b>	<b>259</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Пудинг из творога паровой	200	30,00	10,51	18,63	288,96	п.126/1
	Соус молочный (сладкий)	30	0,84	1,36	5,71	38,41	351/4
	Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	93,76	114п/2
	Чай с сахаром	180			10,00	39,99	282/5
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>34</b>	<b>12</b>	<b>54</b>	<b>461</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1790</b>	<b>88</b>	<b>66</b>	<b>214</b>	<b>1800</b>	

Утверждено  
заверующий  
В.В. Тусейтенов

Меню приготавливаемых блюд  
Возрастная категория: Детсад МАДОУ Детский сад №275

Приложение №12  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 5</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>							
	Каша пшеничная молочная жидкая	180	6,95	6,26	32,87	215,54	199/5
	Бутерброды с сыром	42	5,08	9,59	12,92	158,22	3/4
	Какао с молоком	180	3,77	4,02	11,75	98,27	397/4
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>402</b>	<b>16</b>	<b>20</b>	<b>58</b>	<b>472</b>	
<b>ОБЕД</b>							
	Икра кабачковая	50	0,95		3,85	19,20	53/4
	Свекольник	200	3,66	11,55	12,82	169,80	58/4
	Голубцы ленивые	180	19,36	15,23	7,79	245,67	298/4
	Хлеб пшеничный	20	1,52	0,16	9,84	46,88	114п/2
	Хлеб ржаной	50	3,05	0,60	19,95	97,40	115п/2
	Компот из сухофруктов с витамином С	180	0,50		8,40	35,62	/0
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>680</b>	<b>29</b>	<b>28</b>	<b>63</b>	<b>615</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>							
	Кондитерские изделия	40	1,92	1,12	31,08	142,08	/0
	Соки овощные или ягодные	200	0,80		16,16	67,84	399/4
	Плоды и ягоды свежие	200	0,64		15,29	63,71	368/4
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>440</b>	<b>3</b>	<b>1</b>	<b>63</b>	<b>274</b>	
<b>УЖИН</b>							
	Рыба, тушенная с овощами	200	24,97	12,91	5,89	239,57	247/4
	Соус сметанный натуральный	20	0,91	4,67	3,83	60,95	п.227/1
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	114п/2
	Чай с лимоном	200	0,23	0,03	16,89	68,67	393/4
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>450</b>	<b>28</b>	<b>18</b>	<b>41</b>	<b>440</b>	
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>	<b>1972</b>	<b>77</b>	<b>66</b>	<b>224</b>	<b>1800</b>	
	<b>ИТОГОВОЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>18520</b>	<b>780</b>	<b>627</b>	<b>2311</b>	<b>18002</b>	
	<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД</b>	<b>1852</b>	<b>78</b>	<b>63</b>	<b>231</b>	<b>1800</b>	
	<b>Содержание БЖУ в % от калорийности</b>		<b>17</b>	<b>31</b>	<b>51</b>		

Перечень технологических сборников, используемых при составлении данного меню: