

372/2014	1286 7	Компот из яблок	180	0,16	0,16	11,18	46,86	0,01	0,01	4,08	0,08	6,74	3,67	4,49	0,92			
	1279 4	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38	0,05	0,02		0,46	5,60	10,80	27,20	0,72			
	1280 7	Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24	0,07	0,03		2,72	18,80			1,56			
		Итого:	640	13,67	15,56	83,51	528,7 7	8,00	0,24	0,15	29,91	127,26	106,5 6	65,49	191,8 6	4,96		
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
	1381 1	Десерт фруктовый (яблоко местное)	50	0,20	0,20	4,90	22,20	0,02	0,01	5,00	0,02	8,00	4,50	5,50	1,10			
20/14 ДеЛи плюс	1281 5	Салат из свежей капусты	40	0,62	2,03	3,76	35,81	0,01	0,02	14,42	15,12	19,25	6,75	12,64	0,25			
	1527 1	Бифштекс рубленый из говядины А	53	8,97	15,35		173,9 9				2,22	3,31	0,20	0,78	0,03			
	1497 4	Картофель запеченный с маслом растительным	130	2,93	5,08	23,88	152,9 6	0,18	0,10	29,30	2,14	17,59	33,87	85,66	1,34			
392/2014 Дели плюс	1282 4	Чай с сахаром	180			9,98	39,92					0,30			0,03			
	1279 4	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38	0,05	0,02		0,46	5,60	10,80	27,20	0,72			
		Итого:	473	14,44	22,92	51,56	470,2 6	0,25	0,14	48,72	19,96	54,06	56,12	131,7 7	3,46			
		Итого:	1 613	31,79	39,27	193,20	253,3 5	8,00	0,53	0,32	79,05	47,44	0,34	1,70	182,6 1	154,1 2	404,2 0	10,88

Вторник

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)

	1408 8	Десерт фруктовый (яблоко)	160	0,64	0,64	15,68	71,04	0,05	0,03	16,00	0,32	25,60	14,40	17,60	3,52	
	1465 4	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	100,0 0	0,03	0,18		0,24	26,00	4,80	76,80	10,00
	1594 8	Кофейный напиток растворимый	200	0,48	0,02	26,84	109,4 2					0,60			0,06	
ТТК	1358 1	Батон	30	0,23	0,09	1,54	7,85									
	1526 6	Каша пшеничная вязкая с сахаром на воде б/м А	200/5	5,75	1,65	38,24	190,8 1	0,21	0,02		0,15	13,65	41,50	116,5 0	1,37	
		Итого:	635	12,20	6,99	82,60	442,1 3	100,0 0	0,29	0,23	16,00	0,71	65,85	60,70	210,9 0	14,95

Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)

1284 9	Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	0,02	3,60	0,18	12,60	7,20	12,60	2,52	
	Итого:	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	0,02	3,60	0,18	12,60	7,20	12,60	2,52	
Обед 1 (с 3 до 7 лет)															
1476 0	Суп крестьянский с крупой на курином бульоне	200	5,97	7,76	11,25	138,71	8,80	0,07	0,07	17,23	13,28	44,26	22,06	95,13	1,05
1585 2	Запеканка картофельная с говядиной С	150	9,79	13,48	26,11	264,93	1,06	0,18	0,10	29,71	12,88	18,40	35,74	92,73	1,47
699/2004, ТК436/20 08	1287 Напиток из апельсинов	180	0,18	0,04	7,59	31,44	0,01	0,01	11,88	0,04	6,91	2,57	4,55	0,08	
	1280 Хлеб ржаной	40	2,72	0,52	15,92	79,24	0,07	0,03	2,72	18,80	1,56				
	671 Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45	0,06	0,02	0,58	7,00	13,50	34,00	0,90		
	Итого:	595	20,79	22,05	74,79	580,76	9,86	0,39	0,23	58,82	19,49	95,37	73,87	226,41	5,05
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)															
360	Икра кабачковая (консервы)	30	0,60	2,80	2,43	37,32									
1358 2	Десерт фруктовый (груша)	80	0,32	0,24	8,24	36,40	0,02	0,02	4,00	0,32	15,20	9,60	12,80	1,84	
298/14 ДеЛи плюс 317/2014	1584 Голубцы ленивые из говядины с рисом	60	4,11	5,68	4,34	84,89	5,00	0,02	0,03	16,70	17,12	20,37	8,20	22,44	0,79
ДеЛи плюс	1584 Макароны отварные	130/5	5,01	5,59	32,08	198,61	0,08	0,02	2,90	19,69	7,94	41,94	0,82		
	1477 Чай без сахара	180	0,12	0,03	0,02	0,85									
	671 Хлеб пшеничный	25	2,13	0,25	13,92	66,45	0,06	0,02	0,58	7,00	13,50	34,00	0,90		
	Итого:	510	12,28	14,59	61,03	424,52	5,00	0,17	0,09	20,70	20,92	62,26	39,24	111,18	4,34
	Итого:	1 920	46,16	43,81	236,60	525,35	114,86	0,86	0,56	99,12	41,30	236,07	181,01	561,09	26,86
Среда															
Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)															
1520 1	Каша ячневая вязкая с сахаром	200/5	4,44	0,58	34,03	159,07	0,12	0,04	0,67	37,51	22,31	152,67	0,83		
392/2014 Дели плюс	1282 Чай с сахаром	180		9,98	39,92					0,30				0,03	

Завтрак 1 (с 3 до 7 лет)																		
	1402 5	Десерт фруктовый (груша)	95	0,38	0,29	9,79	43,23	0,02	0,03	4,75	0,38	1,90	18,05	11,40	15,20	2,19		
	1465 4	Яйцо вареное	40	5,10	4,60	0,30	63,00	100,0 0	0,03	0,18	0,24		26,00	4,80	76,80	10,00		
	1519 9	Каша геркулесовая с сахаром	200/5	5,33	6,88	31,75	210,2 2	0,19	0,04	2,56	41,07	56,96	145,8 6	1,72				
	1594 8	Кофейный напиток растворимый	200	0,48	0,02	26,84	109,4 2				0,60				0,06			
ТТК	1358 1	Батон	30	0,23	0,09	1,54	7,85											
		Итого:	570	11,51	11,87	70,22	433,7 2	100,0 0	0,24	0,25	4,75	3,18	0,38	1,90	85,72	73,16	237,8 6	13,96
Завтрак 2 (с 3 до 7 лет)																		
	1284 9	Сок	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	0,02	3,60	0,18		12,60	7,20	12,60	2,52		
		Итого:	180	0,90	0,18	18,18	77,94	0,02	0,02	3,60	0,18		12,60	7,20	12,60	2,52		
Обед 1 (с 3 до 7 лет)																		
	1507 0	Борщ с картофелем на курином бульоне	200	4,97	7,04	12,67	133,8 8	7,00	0,09	0,08	13,211,91		35,62	26,07	79,40	1,34		
ТТК	1333 3	Плов из мяса свинины	30/15 0	12,65	18,06	41,48	379,0 4	0,06	0,04	1,78	2,51	19,24	34,08	95,32	0,82			
	1483 0	Напиток лимонный	180	0,13	0,01	6,42	26,33	0,01	0,00	5,76	0,03	5,94	1,73	0,32	0,10			
	1533 2	Хлеб ржаной	35	2,38	0,46	13,93	69,34	0,06	0,03	0,49		16,45			1,37			
	1279 4	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38	0,05	0,02	0,46		5,60	10,80	27,20	0,72			
		Итого:	615	21,84	25,83	83,54	653,9 7	7,00	0,26	0,17	20,755,40		82,85	72,68	202,2 4	4,35		
Уплотненный полдник (с 3 до 7 лет)																		
	1388 7	Десерт фруктовый (яблоко)	155	0,62	0,62	15,19	68,82	0,05	0,03	15,500,31		24,80	13,95	17,05	3,41			
Таб.24/19 96	1373 0	Огурец свежий	40	0,29	0,04	0,78	4,61	0,01	0,01	2,86	0,04	0,03	6,94	5,71	12,24	0,20		
	1590 6	Котлета рыбная Любительская	80	13,98	4,93	4,40	117,8 5	25,00	0,12	0,14	1,42	1,61	44,34	11,41	39,81	3,48		
	1542 9	Картофель отварной	130	2,60	4,34	21,19	134,2 2	0,16	0,09	26,001,83		14,59	30,00	75,80	1,18			
392/2014 Дели плюс	1282 4	Чай с сахаром	180		9,98	39,92					0,30				0,03			
	1279 4	Хлеб пшеничный	20	1,72	0,26	9,04	45,38	0,05	0,02	0,46		5,60	10,80	27,20	0,72			

Итого:	605	19,20	10,19	60,57	410,8 0	25,00	0,38	0,29	45,77	4,24	0,03	96,57	71,87	172,1 0	9,02	
Итого:	1 970	53,46	48,06	232,51	576,4 3	132,0 0	0,90	0,72	74,87	13,01	0,41	1,90	277,7 3	224,9 1	624,8 0	29,85