


Утверждено
 Директор Малюничкинской ООШ №14

 Стаканов С.В.

Примерное 10-дневное меню для питания детей МДОУ с режимом работы 10,5 часов

Возрастная категория: от 3 до 7 лет.

№рецепт., сборник	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)				Витамины (мг)		Минеральные вещества	
			Б	Ж	У	Эн.цен.ккал	В1	С	Са	Fe
ДЕНЬ 1										
Завтрак										
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша вязкая манная, с маслом и сахаром.	200/10/1 5	4,76	5,09	11,37	236,32	0,05	0,00	10,98	0,50
№693-2004г. Лапшина В.Т.	Какао с молоком.	200	4,20	3,63	17,28	118,67	0,07	1,60	152,95	0,55
	Хлеб пшеничный.	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	7,00	0,39
	Итого		11,62	8,99	45,87	437,23	0,16	1,60	170,92	1,44
Второй завтрак										
№707-2004г. Лапшина В.Т.	Сок промышленного производства (персиковый).	200	0,60	0,00	33,00	136,00	0,04	12,00	10,00	0,40
	Итого		0,60	0,00	33,00	136,00	0,04	12,00	10,00	0,40
Обед										
№43-2004г. Лапшина В.Т.	Салат из белокочанной капусты.	60	0,63	2,28	3,90	38,66	0,02	15,74	20,10	0,24
б/н	Борщ консервированный, с говядиной тушеной, со	200/20/1 0	1,64	6,06	9,97	101,16	0,03	9,36	49,34	0,97
№516-2004г. Лапшина В.Т.	Макароны отварные.	150	5,35	0,55	0,85	157,48	0,06	0,00	9,00	7,81
№451-2004г. Лапшина В.Т.	Котлета мясная.	80	12,43	9,43	12,85	185,33	0,08	0,12	34,80	1,20
№717-1101 рец. г.Москва.	Соус красный основной.	45	2,21	1,52	1,82	34,95	0,03	2,81	6,94	0,63
№704-2004г. Лапшина В.Т.	Напиток из кураги.	200	1,67	0,08	32,99	143,47	0,03	1,63	48,31	1,09
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13
	Итого		27,32	21,24	79,38	764,24	0,41	29,81	197,69	13,08
Усиленный полдник										
№492-2004г. Лапшина В.Т.	Плов из птицы.	250	30,63	33,75	55,25	652,50	0,13	2,38	38,50	3,25
	Кисломолочный напиток "Снежок".	200	5,40	5,00	21,60	158,00	0,07	1,80	242,00	0,20
	Хлеб пшеничный.	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,06	0,00	9,00	0,51
	Итого		39,45	39,11	98,99	916,25	0,25	4,18	289,50	3,96
	Всего		78,98	69,34	257,24	2253,72	0,87	47,59	668,11	18,88

Завтрак										
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша вязкая из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом и сахаром.	200/10/15	8,10	9,76	35,35	262,05	0,20	0,50	136,34	1,65
№97-2004г. Лапшина В.Т.	Сыр порциями.	5	1,17	1,48	0,00	18,20	0,00	0,03	44,00	0,05
№692-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	3,12	2,67	14,19	93,35	0,04	1,31	125,75	0,15
	Хлеб пшеничный.	80	6,08	0,64	39,36	188,00	0,09	0,00	16,00	0,89
	Итого		18,47	14,55	88,89	561,60	0,33	1,84	322,08	2,73
Второй завтрак										
№707-2004г. Лапшина В.Т.	Сок промышленного производства (яблочный).	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,03	4,00	14,00	2,80
	Итого		1,00	0,20	20,20	92,00	0,03	4,00	14,00	2,80
Обед										
№77-2004г. Лапшина В.Т.	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,02	4,20	24,60	0,42
№44-2007г. Конь И.Я.	Суп рыбный из консервов.	200	8,15	2,08	13,32	120,68	0,08	6,42	86,35	1,04
№508-2004г. Лапшина В.Т.	Гречка рассыпчатая.	150	8,55	7,23	41,18	270,51	0,21	0,00	14,24	4,55
№413-2004г. Лапшина В.Т.	Сосиска отварная.	80	8,80	19,12	0,32	208,00	0,16	0,00	28,00	1,44
№648-2004г. Лапшина В.Т.	Кисель из концентрата.	200	0,00	0,00	11,15	49,60	0,00	0,00	0,16	0,004
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13
	Итого		30,04	35,09	87,58	823,39	0,65	10,78	182,54	8,59
Усиленный полдник										
№741-2004г. Лапшина В.Т.	Сдоба	60	0,68	1,21	18,12	90,24	0,01	0,00	3,38	0,11
№639-2004г. Лапшина В.Т.	Компот из смеси сухофруктов.	200	1,00	0,07	27,51	110,00	0,00	0,32	28,71	0,63
	Итого		1,68	1,28	45,63	200,24	0,01	0,32	32,09	0,74
	Всего		51,18	51,12	242,30	1677,23	1,01	16,94	550,71	14,86

						ДЕНЬ 3					
Завтрак											
№337-2004 г. Лапшина В.Т.	Яйцо вареное	1/2	2,52	2,12	0,22	31,00	0,02	0,00	10,00	0,24	
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша вязкая пшениная, с маслом и сахаром.	200/10/15	5,84	1,66	0,86	176,18	0,16	0,00	13,66	1,36	
№693-2004г. Лапшина В.Т.	Какао с молоком.	200	4,20	3,63	17,28	118,67	0,07	1,60	152,95	0,55	
	Хлеб пшеничный.	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	7,00	0,39	
	Итого		15,22	7,69	35,58	408,10	0,29	1,60	183,61	2,54	
Второй завтрак											
№707-2004г. Лапшина В.Т.	Сок промышленного производства (персиковый).	200	0,60	0,00	33,00	136,00	0,04	12,00	10,00	0,40	
	Итого		0,60	0,00	33,00	136,00	0,04	12,00	10,00	0,40	
Обед											
№57-2004 г. Лапшина В.Т.	Салат из красной фасоли	60	7,97	5,22	50,28	295,88	0,33	4,32	54,35	3,46	
Б/н	Рассольник консервированный с говядиной тушеной	200/20/10	4,91	8,93	10,86	143,21	0,08	6,16	27,65	1,19	
№512-2004г. Лапшина В.Т.	Рис припущенный.	150	3,65	4,30	36,68	199,95	0,03	0,00	2,41	0,51	
№374-2004г. Лапшина В.Т.	Рыба, тушеная в томате с овощами.	80	2,79	3,17	5,68	66,92	0,04	4,80	8,83	0,40	
№705-2004г. Лапшина В.Т.	Напиток из плодов шиповника.	200	0,68	0,28	18,99	81,35	0,03	100,00	21,35	0,63	
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13	
	Итого		15,43	18,00	89,21	594,63	0,35	111,12	89,44	3,86	
Усиленный полдник											
№147-2004г. Лапшина В.Т.	Суп с макаронными изделиями, с курицей.	250/25	2,19	5,08	11,93	102,25	0,06	0,50	19,69	0,58	
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12,00	3,07	13,00	49,28	0,00	6,00	11,60	0,55	
	Хлеб пшеничный.	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,06	0,00	9,00	0,51	
	Итого		14,19	8,15	24,93	151,53	0,06	6,50	31,29	1,13	
	Всего		45,44	33,84	182,72	1290,25	0,73	131,22	314,34	7,93	

		ДЕНЬ 4								
Завтрак										
№160-2004г. Лапшина В.Т.	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель).	200	5,72	7,80	17,89	162,11	0,04	0,79	91,87	0,40
№96-2004г. Лапшина В.Т.	Масло сливочное порциями.	10	0,04	4,34	0,08	39,66	0,00	0,00	1,44	0,02
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12,00	3,07	13,00	49,28	0,00	6,00	11,60	0,55
	Хлеб пшеничный.	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	7,00	0,39
	Итого		20,42	15,49	48,19	333,30	0,08	6,79	111,91	1,36
Второй завтрак										
	Кисломолочный напиток "Снежок".	200	5,40	5,00	21,60	158,00	0,07	1,80	242,00	0,20
	Итого		5,40	5,00	21,60	158,00	0,07	1,80	242,00	0,20
Обед										
№33-2011г. Могильный	Салат из свеклы.	60	0,86	3,66	5,03	56,34	0,02	5,70	21,11	0,80
№139-2004г. Лапшина В.Т.	Суп картофельный с бобовыми и говядиной тушеной	200/20	4,11	4,28	12,91	106,60	0,12	4,67	40,23	1,44
№534-2004г. Лапшина В.Т.	Капуста тушеная.	150	3,18	6,73	6,98	127,68	0,05	18,08	94,88	1,35
б/н	Мясо тушеное.	80	5,24	4,48	0,80	102,03	0,04	0,52	6,07	2,85
№704-2004г. Лапшина В.Т.	Напиток из кураги.	200	1,67	0,08	32,99	143,47	0,03	1,63	48,31	1,09
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13
	Итого		18,44	20,55	75,69	639,31	0,43	30,75	239,79	8,66
Усиленный подник										
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша вязкая гречневая, с маслом и сахаром.	250/8/17	11,30	11,20	46,30	333,00	0,28	0,63	153,18	4,28
№639-2004г. Лапшина В.Т.	Компот из смеси сухофруктов.	200	1,00	0,07	27,51	110,00	0,00	0,32	28,71	0,63
	Хлеб пшеничный.	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,06	0,00	9,00	0,51
	Итого		15,72	11,63	95,95	548,75	0,34	0,95	190,89	5,42
	Всего		59,98	52,66	241,43	1679,36	0,91	40,29	784,58	15,63

											ДЕНЬ 5
											Завтрак
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша рисовая вязкая, с маслом и сахаром.	200/10/15	4,96	8,14	30,08	213,42	0,07	0,23	121,13	0,40	
№97-2004г. Лапшина В.Т.	Сыр порциями.	5	1,17	1,48	0,00	18,20	0,00	0,03	44,00	0,05	
№693-2004г. Лапшина В.Т.	Какао с молоком.	200	4,20	3,63	17,28	118,67	0,07	1,60	152,95	0,55	
	Хлеб пшеничный.	80	6,08	0,64	39,36	188,00	0,09	0,00	16,00	0,89	
	Итого		16,41	13,89	86,72	538,29	0,22	1,87	334,08	1,88	
											Второй завтрак
	Апельсин	75	0,30	0,30	7,35	35,25	0,02	7,50	12,00	1,65	
	Итого		0,30	0,30	7,35	35,25	0,02	7,50	12,00	1,65	
											Обед
	Салат из моркови с яблоком	60	0,86	2,34	5,51	47,12	0,02	3,17	18,71	0,41	
б/н	Ши консервированные, с говядиной тушенкой	200/20/10	1,73	6,05	6,21	86,34	0,03	17,75	52,05	0,60	
№436-2004г. Лапшина В.Т.	Жаркое по-домашнему.	230	12,22	12,48	22,31	280,31	0,18	4,72	33,47	2,71	
№685-2004 г. Лапшина В.Т.	Кисель из концентрата.	200	0,00	0,00	11,15	49,60	0,00	0,00	0,16	0,004	
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13	
	Итого		18,21	22,19	62,18	566,57	0,40	25,80	133,58	4,85	
											Полдник
№328-2004г. Лапшина В.Т.	Творожная запеканка	250	5,88	24,38	66,38	510,00	0,10	2,19	27,40	1,19	
	Чай с сахаром.	200	5,40	5,00	21,60	158,00	0,07	1,80	242,00	0,20	
	Итого		11,28	29,38	87,98	668,00	0,17	3,99	269,40	1,39	
	Всего		46,20	65,76	244,23	1808,11	0,81	39,15	749,06	9,77	

						ДЕНЬ 6					
Завтрак											
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша вязкая манная, с маслом и сахаром.	200/10/1 5	4,76	5,09	11,37	236,32	0,05	0,00	10,98	0,50	
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	12,00	3,07	13,00	49,28	0,00	6,00	11,60	0,55	
	Хлеб пшеничный.	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	7,00	0,39	
Итого			19,42	8,43	41,59	367,85	0,09	6,00	29,58	1,44	
Второй завтрак											
	Яблоко	75	0,30	0,30	7,35	35,25	0,02	7,50	12,00	1,65	
Итого			0,30	0,30	7,35	35,25	0,02	7,50	12,00	1,65	
Обед											
№57-2004 г. Лапшина В.Т.	Салат из красной фасоли	60	7,97	5,22	50,28	295,88	0,33	4,32	54,35	3,46	
б/н	Суп домашний с говядиной тушеной	200/20/1 0	1,64	6,06	9,97	101,16	0,03	9,36	49,34	0,97	
№492-2004г. Лапшина В.Т.	Плов с мясом	250	30,63	33,75	55,25	652,50	0,13	2,38	38,50	3,25	
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Компот из смеси сухофруктов.	200	12,00	3,07	13,00	49,28	0,00	6,00	11,60	0,55	
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13	
Итого			55,63	49,42	145,50	1202,02	0,66	22,22	182,99	9,36	
Усиленный полдник											
№44-2007г. Конь И.Я.	Суп рыбный из консервов.	250	10,18	2,60	16,65	150,85	0,10	8,00	107,93	1,31	
	Конфета шоколадная.	30	1,20	7,89	17,76	147,30	0,01	0,00	8,40	0,90	
№705-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	0,68	0,28	18,99	81,35	0,03	100,00	21,35	0,63	
	Хлеб пшеничный.	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,06	0,00	9,00	0,51	
Итого			15,48	11,13	75,54	485,24	0,19	108,00	146,68	3,34	
Всего			90,83	69,28	269,98	2090,36	0,96	143,72	371,25	15,80	

						ДЕНЬ 7					
Завтрак											
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша рисовая вязкая, с маслом и сахаром.	200/10/15	4,96	8,14	30,08	213,42	0,07	0,23	121,13	0,40	
№693-2004г. Лапшина В.Т.	Какао с молоком.	200	4,20	3,63	17,28	118,67	0,07	1,60	152,95	0,55	
	Хлеб пшеничный.	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	7,00	0,39	
	Итого		11,82	12,05	64,58	414,34	0,17	1,83	281,08	1,33	
Второй завтрак											
№707-2004г. Лапшина В.Т.	Сок промышленного производства (мультифруктовый).	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,03	4,00	14,00	2,80	
	Итого		1,00	0,20	20,20	92,00	0,03	4,00	14,00	2,80	
Обед											
№77-2004г. Лапшина В.Т.	Икра кабачковая	60	1,14	5,34	4,62	71,40	0,02	4,20	24,60	0,42	
№138-2004г. Лапшина В.Т.	Суп крестьянский с крупой, говядиной тушеной	200/20	2,00	2,24	13,60	82,60	0,08	6,60	20,72	0,83	
№520-2004г. Лапшина В.Т.	Перловка	150	3,25	4,68	8,04	123,90	0,10	3,14	55,08	0,74	
№462-2004г. Лапшина В.Т.	Куриный биточек	80	4,07	5,04	6,19	101,91	0,07	6,96	11,28	0,99	
№705-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	0,68	0,28	18,99	81,35	0,03	100,00	21,35	0,63	
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13	
	Итого		14,54	18,90	68,44	564,36	0,47	121,06	162,23	4,74	
Усиленный полдник											
№340-2004г. Лапшина В.Т.	Омлет натуральный с маслом сливочным.	250/11	19,60	22,63	8,01	312,02	0,10	0,44	251,81	3,29	
№704-2004г. Лапшина В.Т.	Напиток из кураги.	200	1,67	0,08	32,99	143,47	0,03	1,63	48,31	1,09	
	Хлеб пшеничный.	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,06	0,00	9,00	0,51	
	Итого		24,69	23,07	63,14	561,24	0,18	2,07	309,12	4,89	
	Всего		52,05	54,22	216,36	1631,93	0,85	128,96	766,42	13,77	

	Завтрак									
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша вязкая из овсянных хлопьев "Геркулес" с маслом и сахаром.	200/10/15	8,10	9,76	35,35	262,05	0,20	0,50	136,34	1,65
№97-2004г. Лапшина В.Т.	Сыр порциями.	5	1,17	1,48	0,00	18,20	0,00	0,03	44,00	0,05
№692-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	3,12	2,67	14,19	93,35	0,04	1,31	125,75	0,15
	Хлеб пшеничный.	80	6,08	0,64	39,36	188,00	0,09	0,00	16,00	0,89
	Итого		17,30	13,07	88,89	543,40	0,33	1,81	278,08	2,68
	Второй завтрак									
№707-2004г. Лапшина В.Т.	Сок промышленного производства (персиковый).	200	0,60	0,00	33,00	136,00	0,04	12,00	10,00	0,40
	Итого		0,60	0,00	33,00	136,00	0,04	12,00	10,00	0,40
	Обед									
№33-2011г. Могильный	Салат из свеклы.	60	0,86	3,66	5,03	56,34	0,02	5,70	21,11	0,80
№138-2004г. Лапшина В.Т.	Суп картофельный с крупой	200/20	2,00	2,24	13,60	82,60	0,08	6,60	20,72	0,83
№520-2004г. Лапшина В.Т.	Картофельное пюре	150	3,25	4,68	8,04	123,90	0,10	3,14	55,08	0,74
№462-2004г. Лапшина В.Т.	Тефтели	80	4,07	5,04	6,19	101,91	0,07	6,96	11,28	0,99
№648-2004г. Лапшина В.Т.	Кисель из концентрата.	200	0,00	0,00	11,15	49,60	0,00	0,00	0,16	0,004
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13
	Итого		13,58	16,94	61,00	517,55	0,44	22,56	137,55	4,49
	Полдник									
№147-2004г. Лапшина В.Т.	Суп с клецками, с говядиной тушеной	250/25	2,19	5,08	11,93	102,25	0,06	0,50	19,69	0,58
№692-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	3,12	2,67	14,19	93,35	0,04	1,31	125,75	0,04
	Итого		5,31	7,75	26,12	195,60	0,10	1,81	145,44	0,62
	Всего		36,79	37,76	209,01	1392,54	0,91	38,18	571,06	8,19

		ДЕНЬ 9							
Завтрак									
№160-2004г. Лапшина В.Т.	Суп молочный с макаронными изделиями (вермишель).	200	5,72	7,80	17,89	162,11	0,04	0,79	91,87
№96-2004г. Лапшина В.Т.	Масло сливочное порциями.	10	0,04	4,34	0,08	39,66	0,00	0,00	1,44
№693-2004г. Лапшина В.Т.	Какао с молоком.	200	4,20	3,63	17,28	118,67	0,07	1,60	152,95
	Хлеб пшеничный.	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	7,00
	Итого		12,62	16,05	52,47	402,68	0,15	2,39	253,25
Второй завтрак									
№707-2004г. Лапшина В.Т.	Сок промышленного производства (яблочный).	200	1,00	0,20	20,20	92,00	0,03	4,00	14,00
	Итого		1,00	0,20	20,20	92,00	0,03	4,00	14,00
Обед									
№10-2011г. Лапшина В.Т.	Салат из зеленого горошка	60	1,79	3,11	3,75	50,16	0,06	6,60	12,87
5/н	Расольник консервированный с говядиной тушеной	200/20/10	4,91	8,93	10,86	143,21	0,08	6,16	27,65
№508-2004г. Лапшина В.Т.	Гречка рассыпчатая.	150	8,55	7,23	41,18	270,51	0,21	0,00	14,24
№451-2004г. Лапшина В.Т.	Котлета мясная.	80	12,43	9,43	12,85	185,33	0,08	0,12	34,80
№717-1101 г. Москва.	Соус красный основной.	45	2,21	1,52	1,82	34,95	0,03	2,81	6,94
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Компот из смеси сухофруктов.	200	12,00	3,07	13,00	49,28	0,00	6,00	11,60
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20
	Итого		45,29	34,60	100,46	836,64	0,64	21,85	137,30
Усиленный полдник									
№147-2004г. Лапшина В.Т.	Суп Харчо	200/20	1,76	4,07	9,55	81,80	0,04	0,40	15,76
№648-2004г.	Чай с сахаром.	200	3,12	2,67	14,19	93,35	0,04	1,31	125,75
	Хлеб пшеничный.	45	3,42	0,36	22,14	105,75	0,06	0,00	9,00
	Итого		8,30	7,10	45,88	280,90	0,14	1,71	150,51
	Всего		67,21	57,94	219,01	1612,22	0,95	29,94	555,06

											ДЕНЬ 10	
Завтрак												
№302-2004г. Лапшина В.Т.	Каша вязкая пшенная, с маслом и сахаром.	200/10/15	5,84	1,66	0,86	176,18	0,16	0,00	13,66	1,36		
№648-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром.	200	3,12	2,67	14,19	93,35	0,04	1,31	125,75	0,15		
	Хлеб пшеничный.	35	2,66	0,28	17,22	82,25	0,04	0,00	7,00	0,39		
	Итого		11,62	4,61	32,27	351,78	0,24	1,31	146,41	1,90		
Второй завтрак												
	Яблоко	75	0,30	0,30	7,35	35,25	0,02	7,50	12,00	1,65		
	Итого		0,30	0,30	7,35	35,25	0,02	7,50	12,00	1,65		
Обед												
№49-2004г. Лапшина В.Т.	Салат из свежей капусты	60	0,86	2,34	5,51	47,12	0,02	3,17	18,71	0,41		
№147-2004г. Лапшина В.Т.	Суп с макаронными изделиями, с говядиной	200/20	1,76	4,07	9,55	81,80	0,04	0,40	15,76	0,47		
№492-2004г. Лапшина В.Т.	Горошница	230	28,18	31,05	50,83	600,30	0,11	2,19	35,42	2,99		
№487-2004г. Лапшина В.Т.	Гуляш	80	6,27	4,79	0,97	124,99	0,08	0,99	9,96	1,72		
№717-1101 ред.г. Москва. Лапшина В.Т.	Соус красный основной.	45	2,21	1,52	1,82	34,95	0,03	2,81	6,94	0,63		
№685-2004г. Лапшина В.Т.	Кисель из концентрата.	200	12,00	3,07	13,00	49,28	0,00	6,00	11,60	0,55		
	Хлеб ржаной.	40	3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13		
	Итого		3,40	1,32	17,00	103,20	0,17	0,16	29,20	1,13		
Подник												
№728-2004г. Лапшина В.Т.	Блинчики с повидлом	60	2,80	1,51	21,51	111,27	0,05	0,00	11,78	0,60		
№648-2004г. Лапшина В.Т.	Чай с сахаром	200	0,00	0,00	11,15	49,60	0,00	0,00	0,16	0,004		
	Итого		2,80	1,51	32,66	160,87	0,05	0,00	11,94	0,60		
	Всего		18,12	7,74	89,27	651,10	0,49	8,97	199,55	5,29		