



УТВЕРЖДАЮ:

И.о. заведующей МАДОУ «Детский сад  
«Колосок» п. Сергиевский»  
*И.А. Чобукова*

Приказ 37 от 30.08.2024г.



**ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ МУНИЦИПАЛЬНОГО АВТОНОМНОГО ДОШКОЛЬНОГО ОБРАЗОВАТЕЛЬНОГО  
УЧРЕЖДЕНИЯ «ДЕТСКИЙ САД «КОЛОСОК» П. СЕРГИЕВСКИЙ МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ  
«ГОРОД САРАТОВ» ДЛЯ ДЕТЕЙ ОТ 3 ДО 7 ЛЕТ**

**Понедельник**  
**Неделя первая**

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
162	Каша из овсяных хлопьев молочная	200,0	10.83	10.53	33.16	168.91	0,96	1.21	1.94	195,1	0,91
253	Кофейный напиток с молоком	200,0	2.85	2.41	14.36	91,0	0,04	0,14	1,17	113.2	0,12
	Бутерброд с маслом	30/5	2.3	4.36	14.62	108,0	0,03	0,03	-	6.6	0.34
	<b>Итого:</b>		<b>15.98</b>	<b>17.73</b>	<b>62.14</b>	<b>369.91</b>					
	<b>Обед</b>										
33	Щи на м/б со сметаной	250,0	8.32	19.83	71.01	496,00	0,14	0,20	58.35	263.10	6.03
105	Тефтели мясные	80.0	15.62	13.5	6.09	211.23	0,07	0,15	1.2	13.73	2.56
168	Каша гречневая рассыпчатая	150,0	6.15	7.77	30.67	217.21	0,24	0,09	-	9.96	2.97
348	Соус томатный	30,0	0.35	1.26	2.41	22.35	0.0060	0.0054	0.7125	4.764	0.1434
	Компот из сухофруктов	200.0	0.5	-	21.15	86.6	0,063	0,011	0.35	6.71	0,43
	Хлеб пшеничный	30,0	2.25	0.87	15.15	77.43	0.048	0.015	-	6.9	0.54
	Хлеб ржаной	50,0	3.2	0,6	16,2	84.58	0.09	0.04	0.0	17	1.9
	<b>Итого:</b>		<b>36.39</b>	<b>43.83</b>	<b>162.68</b>	<b>1195,4</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
	Пряники	30.0	1.77	1.41	22.5	109.8	-	-	-	-	-
216	Омлет	150.0	14.01	23.84	1.86	207.48	0.07	0,99	0.26	221.57	1.97
391	Чай с сахаром	200,0	0.36	-	0.072	50.4	0.01	0,018	0.18	17.8	1.49
	Хлеб пшеничный	20,0	2.25	0.87	15.15	77.43	0.48	0.015	-	6.9	0.54
	<b>Итого:</b>		<b>18.39</b>	<b>26.12</b>	<b>39.58</b>	<b>445.11</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>70.76</b>	<b>87.68</b>	<b>264,4</b>	<b>2010.42</b>					

Среда  
Неделя первая

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
	Каша пшённая молочная	200,0	6.78	6.76	25.99	191.92	0,076	0,23	2.25	183.72	041
253	Кофейный напиток с молоком	200.0	2.85	2.41	14.36	91.0	0,04	0,14	1.17	113.2	0,12
90	Бутерброд с сыром	30/15	5.06	7.0	14.62	145	0.03	0.03	0.19	126.6	0.47
	<b>Итого:</b>		<b>14.69</b>	<b>16.17</b>	<b>54.97</b>	<b>427.92</b>					
	<b>Обед</b>										
15	Кабачковая икра	30.0	0,72	2.83	4.63	46.80	0,03	0,03	5.76	19.20	0.25
58	Свекольник со сметаной	250/11	4.22	6.5	13.17	145	0,09	0,06	9.95	47.51	1.64
248	Рыбные котлеты	70.0	10.59	6.47	4.17	117	0.08	0.10	5.46	112.8	0.85
321	Картофельное пюре	150,0	3.4	53.35	20,52	152.5	0,016	0,014	4,1	29,0	2,36
	Компот из сухофруктов	200.0	0.5	-	21.15	86.6	0,063	0,011	0.35	6.71	0.23
92	Хлеб пшеничный	30.0	2.25	0.87	15.15	77.43	0.048	0.015	-	6.9	0.54
91	Хлеб ржаной	50,0	3.2	0.6	16,2	84.58	0.09	0.04	0	17	1.9
	<b>Итого:</b>		<b>24.88</b>	<b>70.62</b>	<b>94.99</b>	<b>709.91</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
368	банан	100	<b>1,5</b>	<b>0.5</b>	<b>21</b>	<b>95</b>	0,04	0,05	10,0	8,0	0.6
	Йогурт	115,0	4.5	3.45	6.75	108.0					
211	сырники	120.0	22.04	20.68	35.54	416.89	0.09	0.04	0.27	30.75	0.44
	<b>Итого:</b>		<b>28.04</b>	<b>24.63</b>	<b>63.29</b>	<b>618.89</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>67.61</b>	<b>111.42</b>	<b>213.25</b>	<b>1756.72</b>					

**Вторник**  
**Неделя первая**

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
	Суп гречневый молочный	200,0	7,68	6,87	29,0	208,55	0,19	0,27	2,25	185,36	1,76
	Какао с молоком	200.0	4,2	3,62	17,28	118,66	0,06	0,18	0,16	152.94	0,54
	Бутерброд с повидлом	30/5	1,25	4,25	20,42	124,87	0.03	0.038	0.28	104,0	0.1
	<b>Итого:</b>		<b>13.13</b>	<b>14.74</b>	<b>66.70</b>	<b>452.08</b>					
	<b>Обед</b>										
	Суп гороховый	200.0	7.15	0.6	20.42	127.33	0,2	0,08	5.9	69.8	2.92
	Голубцы ленивые с мясом	200.0	14.62	14.64	18.68	266.42	0.08	0.14	3.12	80.48	2.44
	Соус томатный	30.0	0.35	1.26	2,41	22.35	0,01	0,1	1,15	4,764	0,1434
81	Компот из сухофруктов	200.0	0.5	-	21.15	86.6	0,063	0,011	0.35	6.71	0.23
92	Хлеб пшеничный	30.0	2.25	0.87	15.15	77.43	0.048	0.015	-	6.9	0.54
91	Хлеб ржаной	50.0	3.2	0.6	16,2	84.58	0.09	0.04	0	17	1.9
	<b>Итого:</b>		<b>28.07</b>	<b>17.97</b>	<b>94.01</b>	<b>664.71</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
	Творожно-вермишелевая запеканка	140.0	22,66	15.55	25.79	334.57	0,09	0,39	0.84	231.17	0.79
	Чай с сахаром	200.0	0.36	0	0.072	50.4	0.01	0.18	0.18	17.8	1.49
	Печенье	30.0	2.3	2.9	22.3	125.1	0	0	0	8.7	0.6
	<b>Итого:</b>		<b>25.32</b>	<b>18.45</b>	<b>48.16</b>	<b>510.07</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>66.52</b>	<b>51.16</b>	<b>208.87</b>	<b>1626.86</b>					

**Четверг**  
**Неделя первая**

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
32	Каша манная молочная	200.0	4.81	5.6	23.33	161.33	0.05	0.04	1.29	123.19	0.27
397	Какао на молоке	200,0	4.2	3.62	17.28	118.66	0.06	0.18	0.16	152.94	0,54
	Бутерброд с маслом и сыром	30/5/10	5.06	7.0	14,62	145,0	0,01	0,01	-	7,0	1,4
	<b>Итого:</b>		<b>14,07</b>	<b>16,22</b>	<b>55,23</b>	<b>424,99</b>					
	<b>Обед</b>										
73	Рассольник со сметаной	200,0	1.89	2.52	15.49	93,28	0,064	0,069	9,55	22,36	0,65
254	Рыба запеченная	80.0	10.1	5.97	7.9	132.0	0.056	0,096	0.064	46.4	0.736
48	Капуста тушёная	100.0	2.12	4.48	4.65	79.8	0.03	0.84	0.03	59.3	0.84
	Компот из сухофруктов	200.0	0.5	-	21.15	86.6	0,063	0,011	0.35	6.71	0,23
92	Хлеб пшеничный	30.0	2.25	0.87	15.15	77.43					
91	Хлеб ржаной	50,0	2,82	0,42	16,38	128,4					
	<b>Итого:</b>		<b>19.68</b>	<b>14.26</b>	<b>80.72</b>	<b>597,51</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
204	Макароны отварные с мас. и сах.	135.0	4,69	8.69	29.5	213.09	0,07	0.012	0	7.6	0,63
129	Отвар шиповника	200.0	0,54	0,22	23,19	75.76	0.012	0.04	160	9,76	0.5
	Вафли	30,0	0,84	0,99	16,02	106,7	0,04	0,03	-	10,4	-
	Яблоко	100.0	0,35	-	9,91	41,4	0,01	0,03	13,0	16,0	19,29
92	Хлеб пшеничный	20.0	2,25	0.87	15.15	77,43					
	<b>Итого:</b>		<b>8,67</b>	<b>10,77</b>	<b>93.77</b>	<b>514,38</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>42,42</b>	<b>41,25</b>	<b>229,72</b>	<b>1536,88</b>					

## Неделя первая

## Пятница

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
70	Каша рисовая молочная	200.0	6.04	9.96	31.32	239.34	0,05	0,22	0,9	188.7	0.56
397	Какао на молоке	200,0	3.67	3.19	15.82	107.0	1.43	0,05	0.17	137.0	0.43
	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,36	14,62	108,0	0.03	0.03	-	6,6	0,34
432,8	<b>Итого :</b>		<b>12,01</b>	<b>17,51</b>	<b>61,76</b>	<b>454,34</b>					
	<b>Обед</b>										
	Салат из солёного огурца и лука	30.0	0,98	2,0	4.0	82,01			10,23		
35	Суп картофельный с клёцками	200,0	7,85	4,43	44,88	250,75	0,123	0,139	11,56	27,46	34,1
331	Рагу овощное с мясом	200,0	1.89	5.97	15.77	124.44	0,07	0,08	26,79	41.2	1.07
122	Компот из сухофруктов	200.0	1.04	-	26.96	107.44	0,005	0,003	2,88	12,8	0,43
91	Хлеб ржаной	50,0	2,82	0,42	16,38	128,4					
92	Хлеб пшеничный	30,0	2,25	0,87	15,15	77,43					
	<b>Итого:</b>		<b>16.83</b>	<b>13.69</b>	<b>123,14</b>	<b>770,47</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
	Сдоба	150	9,35	8,63	81,39	440,63	0,08	0,1	5,9	48,6	0,88
136	Чай с сахаром	200,0	0.36	-	0.072	50.4	0.01	0,018	0.18	17,8	1,49
	Яблоко	100,0	0,35	-	9.91	41,04	0,01	0,026	11,0	14,03	19.29
	<b>Итого:</b>		<b>10.06</b>	<b>8.63</b>	<b>91.37</b>	<b>532,07</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>38.9</b>	<b>39.83</b>	<b>276.27</b>	<b>1756,88</b>					

Понедельник

Неделя вторая

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
88	Каша манная молочная	200.0	6,21	7,47	25,09	192,0	0,08	0,06	1,95	182.62	0.31
253	Кофейный напиток с молоком	200,0	2,85	2,41	14,36	91,0	0,04	0,14	1,17	113,2	0,12
90	Бутерброд с маслом	30/5	2,3	4,36	14,62	108,0	0,03	0,03	-	6,6	0,34
	<b>Итого:</b>		<b>11,36</b>	<b>14,24</b>	<b>54,07</b>	<b>391,0</b>					
	<b>Обед</b>										
	Суп вермишелевый на м/б	250,0	4.35	3.33	20.9	130,73	0,1	0.1	7.59	29.47	1.01
	Плов с мясом	200,0	12.3	16,3	34,68	334.7	0.076	0,097	1,28	16,05	1,95
	Компот из сухофруктов	200.0	0,5	-	21.15	86.60	0,063	0,011	0,35	6,71	0,23
	Хлеб ржаной	50,0	3,2	0,6	16,2	84,58	0,09	0,04	-	17	1,9
	Хлеб пшеничный	30,0	2,25	0,87	15,15	77,43	0,048	0,015	-	6,9	0,54
	<b>Итого:</b>		<b>22.6</b>	<b>21.1</b>	<b>108.08</b>	<b>714,04</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
	Овощи тушёные	180,0	3,89	7,26	18.79	284,94	0,071	0,064	27,21	43,89	0,88
400	Молоко	200.0	5,78	5,00	9,92	107,6	0.08	0.3	2.59	239.4	0.2
	Печенье	30,0	2,3	2,9	22,3	125,1	-	-	-	8,7	0,6
	Хлеб пшеничный	20,0	2,25	0,87	15,15	77,43	0,048	0,015	-	6,9	0,54
	<b>Итого:</b>		<b>14.22</b>	<b>16,03</b>	<b>66,16</b>	<b>595,07</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>48.18</b>	<b>51.37</b>	<b>228.31</b>	<b>1700,11</b>					

**Вторник**  
**Неделя вторая**

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
	Каша молочная «Дружба»	200,0	6,21	7,73	27,71	201,00	0,10	0,10	1,95	182,3	0,5
	Какао с молоком	200,0	6,86	3,19	15,82	107,00	0,05	0,17	1,43	137,00	0,43
	Бутерброд с повидлом	30/5	2,25	0,87	16,15	112,0					
	<b>Итого :</b>		<b>15.32</b>	<b>11.79</b>	<b>59.68</b>	<b>420,00</b>					
	<b>Обед</b>										
	Борщ со сметаной	250,0	4,92	3,82	20,71	136,9	0,065	0,12	29,75	78,87	1,9
	Кабачковая икра	30,0	0,72	2,83	4,63	46,80	0,03	0,03	5,76	19,20	0,25
	Жаркое по-домашнему с мясом	200,0	10,93	15,0	20,91	262,36	0,128	0,13	15,8	21,99	2,33
	Компот из сухофруктов	200,0	0,5	-	21,15	86,6	0,063	0,011	0,35	6,71	0,23
91	Хлеб ржаной	50,0	3,2	0,6	16,2	84,58	0,09	0,04	-	17	1,9
92	Хлеб пшеничный	30,0	2,25	0,87	15,15	77,43	0,048	0,015	-	6,9	0,54
	<b>Итого:</b>		<b>22.52</b>	<b>23.12</b>	<b>98.75</b>	<b>694,67</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
	Каша гречневая с маслом и сах.	200,0	5,7	4,82	27,45	180,34	0,14	0,07	-	9,49	3,03
	Кисель фруктовый	200,0	0,4	0,018	25,24	102,72	0,01	0,03	0,36	28,92	1,13
	Булочка «Домашняя» молочная	60,0	6,4	5,6	43,7	249,9	0,1	0	0,2	44,3	0,6
	Свежие фрукты	100,0	0,35	-	9,91	41,04	0,01	0,026	11,0	14,03	19,29
	<b>Итого:</b>		<b>12,85</b>	<b>10,43</b>	<b>106,3</b>	<b>574,0</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>50,69</b>	<b>45,34</b>	<b>264,73</b>	<b>1688,67</b>					

Среда  
Неделя вторая

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
	Каша ячневая молочная	200,0	5.37	8.55	22.18	186.12	0,07	0,21	0.9	193.9	0.44
	Бутерброд с маслом	30/5	2,30	4,36	14,62	108,0	0,03	0,03	-	6,6	0,34
	Кофейный напиток с молоком	200.0	2.85	2.41	14.36	91.0	0.04	0.14	1.17	113,2	0.12
	<b>Итого:</b>		<b>10.52</b>	<b>15.32</b>	<b>51.16</b>	<b>385,12</b>					
	<b>Обед</b>										
	Суп рыбный (из консервов)	250,0	10.18	2.6	16.65	150.85	1.3	0.1	107.93	0.1	8.03
	Котлеты рыбные	80,0	10.59	6.47	4.17	117.0	0,08	0,10	5.46	112.8	0.85
	Капуста тушёная	150.0	2.12	4.48	4.65	79.8	0.03	0.04	11.3	59.3	0.84
	Компот из сухофруктов	200,0	0,5	-	21,15	86,6	0,063	0,011	0,35	6,71	0,23
	Хлеб ржаной	50,0	3,2	0,6	16,2	84,58	0,09	0,04	-	17	1,9
	Хлеб пшеничный	30,0	2,25	0,87	15,15	77,43	0,048	0,015	-	6,9	0,54
	<b>Итого:</b>		<b>28.84</b>	<b>15.02</b>	<b>77.97</b>	<b>596,46</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
	Омлет	200.0	14.01	23.84	1.86	207.48	0,07	0,99	0,26	221.57	1.97
	Отвар шиповника	200,0	0.54	0.22	15.72	75.76	0.012	0.04	160	9.76	0.5
	Пряник	30,0	1,77	1,41	22,5	109,8					
	Свежие фрукты	100,0	0,35	-	9,91	41,04	0,01	0,026	11,0	14,03	19,29
	Хлеб пшеничный	20,0	2,25	0,87	15,15	77,43	0,048	0,015	-	6,9	0,54
	<b>Итого:</b>		<b>18,92</b>	<b>26,34</b>	<b>65,14</b>	<b>511,51</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>58,28</b>	<b>56,68</b>	<b>194,27</b>	<b>1493,09</b>					

**Четверг**  
**Неделя вторая**

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
	Каша молочная рисовая	200,0	6,04	9,96	31,32	239.34	0,1	0,243	2,25	188.7	0.56
	Бутерброд с сыром	30/10	5,06	7,0	14,62	145,0	0,03	0,03	0,19	126,6	0,47
	Какао на молоке	200.0	3,67	3.19	15.82	107,0	0,05	0,17	1.43	137.0	0.43
	<b>Итого:</b>		<b>17.96</b>	<b>20.15</b>	<b>61.76</b>	<b>491,34</b>					
	<b>Обед</b>										
73	Рассольник со сметаной	200,0	1.89	2.52	15.49	93.28	0.064	0.069	9.55	22.36	0.65
	Куриная подлива	80,0	14.14	11.4	3.63	173.25			0.55		
	Макароны отварные	150.0	4.69	8.69	29.5	213.09	0.07	0.012	0	7.6	0.63
	Компот из сухофруктов	200.0	0.5	-	21.15	86.6	0,063	0,011	0,35	6,71	0,23
	Хлеб ржаной	50,0	3,2	0,6	16,2	84,58	0,09	0,04	-	17	1,9
	Хлеб пшеничный	30,0	2,25	0,87	15,15	77,43	0,048	0,015	-	6,9	0,54
	<b>Итого:</b>		<b>26.67</b>	<b>24.08</b>	<b>101.12</b>	<b>728.23</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
	Каша пшённая с маслом и сахаром	200	5.7	4.82	27.45	180.34	0.14	0.07	-	9.49	3.03
	Чай с сахаром	200.0	0.36	-	0,072	50.4	0,01	0,018	0,18	17.8	1.49
	Вафли	30,0	0.84	0.99	23.19	106.7					
	<b>Итого:</b>		<b>6.9</b>	<b>5.81</b>	<b>50.71</b>	<b>337.44</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>51.53</b>	<b>50.04</b>	<b>213.59</b>	<b>1557.01</b>					

Пятница

Неделя вторая

№ реце пта	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества (г)			Энергети- ческая ценность	витамины			Минеральные вещества (мг)	
			Б	Ж	У		В1	В2	С	Са	Fe
	<b>Завтрак</b>										
	Суп молочный с мак.изд.	200,0	12,17	6,51	23,54	182,0	0,1	0,25	1.13	202,02	0,63
	Кофейный напиток с молоком	200,0	4.58	5.0	21.5	145.2	0.12	0.3	7,31	190,6	0,1
	Масло сливочное	5	0,1	8,3	0,1	74,8	0,01	0,01	-	7,0	1,4
	Бутерброд с сыром	30/10	5,06	7,0	14,62	145	0,03	0,38	0,28	104,0	0,1
	<b>Итого:</b>		<b>21,91</b>	<b>26,81</b>	<b>59,76</b>	<b>547,0</b>					
	<b>Обед</b>										
98	Суп рисовый на мясном бульоне	250,0	2,24	4,7	9,8	90,9	0,022	0,08	4.25	47,0	0,8
	Салат из солёного огурца и лука	60,0	0,98	2,0	4,0	82.01			10,23		
	Картофельное пюре	150,0	3,40	53,35	20,52	152,5	0,155	0,12	20,17	41,08	1,12
126	Бефстроганов из отварной говядины в молочно-сметанном соусе	80,0	13,38	12,62	3,4	180,65	3,28	0,09	0,38	31,0	1,8
	Компот из сухофруктов	200.0	0.5	-	21.15	86.6	0,063	0,011	0,35	6,71	0,23
	Хлеб ржаной	50,0	3,2	0,6	16,2	84,58	0,09	0,04	0	17	1,9
	Хлеб пшеничный	30,0	2,25	0,87	15,15	77,43	0,048	0,015	-	6,9	0,54
	<b>Итого:</b>		<b>25,95</b>	<b>74,14</b>	<b>90,22</b>	<b>754,67</b>					
	<b>Уплотненный полдник</b>										
	Сдоба	100,0	5.6	4.3	24.48	182.3	0,09	0,1	0,3	55,05	0,46
	Кисель	200,0	0,4	0,018	25.24	102.72	0.01	0,03	0.36	28.92	1,13
	<b>Итого:</b>		<b>6,0</b>	<b>4,32</b>	<b>49,72</b>	<b>285,02</b>					
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>53.86</b>	<b>105.27</b>	<b>199.7</b>	<b>1586,69</b>					