

Утверждаю:

ИП Ярушина В.Б



Утверждаю

Директор МАОУ "



Меню

" "

2022 г

Ясли (до 3-х лет )

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>1 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша ячневая	261	150	12,60	203	4,80	8,55	26,82
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Бутерброд с вар.сгущенкой	114/472.21	35	4,74	92	2,62	1,05	17,85
<b>Итого -</b>			<b>18,90</b>	<b>340</b>	<b>7,50</b>	<b>9,60</b>	<b>55,92</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Сок яблочный	537	100	5,20	46	0,50	0,10	10,10
<b>Итого -</b>			<b>5,20</b>	<b>46</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>
<b>Обед</b>							
Борщ со сметаной	133/488	155	6,24	57	1,08	2,65	7,09
Тефтели рыбные	355	50	13,48	61	4,35	2,65	4,80
Каша гречневая рассыпчатая	243	110	9,36	186	6,27	5,75	27,20
Компот из свежих фруктов	526	150	6,18	72	0,38	0,15	17,33
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>38,30</b>	<b>458</b>	<b>14,92</b>	<b>11,60</b>	<b>72,94</b>
<b>Полдник</b>							
Булочка ванильная	582	50	6,49	165	3,92	4,00	28,25
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
<b>Итого -</b>			<b>8,05</b>	<b>210</b>	<b>4,00</b>	<b>4,00</b>	<b>39,50</b>
<b>Ужин</b>							
Запеканка рисовая с творогом	322	100	13,87	174	5,73	5,60	25,13
Соус молочный	444	30	3,31	33	1,03	2,09	2,66
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>20,64</b>	<b>295</b>	<b>8,49</b>	<b>7,99</b>	<b>47,39</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 349</b>	<b>35,41</b>	<b>33,29</b>	<b>225,85</b>

Зав.пр-м

*Хитруева О.А. Кривы*



Утверждаю:

ИП Ярушина В.Б.



Утверждаю:

Директор МАОУ "



Меню

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>2 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеничная	273	150	10,37	213	5,85	7,10	26,85
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Бутерброд с повидлом	114/15	35	4,01	83	1,94	0,20	18,83
<b>Итого -</b>			<b>15,94</b>	<b>341</b>	<b>7,87</b>	<b>7,30</b>	<b>56,93</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Яблоки свежие	118	100	16,80	47	0,40	0,40	9,80
<b>Итого -</b>			<b>16,80</b>	<b>47</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>
<b>Обед</b>							
Суп из овощей со сметаной	148/488	155	8,31	77	2,34	3,39	9,35
Фрикадельки из кур с соусом	415/444	50	16,07	70	5,00	4,34	2,66
Рис отварной	419	110	7,52	150	2,71	4,46	24,79
Компот из смеси сухофруктов	527	150	5,46	83	0,38		20,25
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>40,40</b>	<b>462</b>	<b>13,27</b>	<b>12,59</b>	<b>73,57</b>
<b>Полдник</b>							
Печенье	609	30	5,27	125	2,25	2,94	22,32
Йогурт	536	100	9,20	87	5,00	3,20	8,50
<b>Итого -</b>			<b>14,47</b>	<b>212</b>	<b>7,25</b>	<b>6,14</b>	<b>30,82</b>
<b>Ужин</b>							
Омлет натуральный	307	65	15,01	106	5,60	8,70	1,50
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>18,47</b>	<b>194</b>	<b>7,33</b>	<b>9,00</b>	<b>21,10</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 256</b>	<b>36,12</b>	<b>35,43</b>	<b>192,22</b>

Зав.пр-м

*Куктуева С.Н. Куктуева*



Утверждаю:

ИП Ярушина В.Б



Утверждаю:

Директор МАОУ



Меню

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>3 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша манная молочная жидкая	268	150	9,76	162	4,65	5,60	23,15
Какао с молоком	508	150	8,81	108	2,70	2,48	18,75
Бутерброд с повидлом	114/15	35	4,01	83	1,94	0,20	18,83
<b>Итого -</b>			<b>22,58</b>	<b>353</b>	<b>9,29</b>	<b>8,28</b>	<b>60,73</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Сок яблочный	537	100	5,20	46	0,50	0,10	10,10
<b>Итого -</b>			<b>5,20</b>	<b>46</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>
<b>Обед</b>							
Суп гороховый	149	150	6,14	65	1,38	2,55	9,08
Тефтели из гов.в мол.соусе	393	50	27,64	85	5,15	5,35	4,00
Капуста тушеная	428	110	15,02	69	4,07	3,96	4,29
Компот из свежих фруктов	526	150	6,18	72	0,38	0,15	17,33
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>58,02</b>	<b>373</b>	<b>13,82</b>	<b>12,41</b>	<b>51,22</b>
<b>Полдник</b>							
Вафли	607	30	7,68	105	0,84	0,99	23,19
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
<b>Итого -</b>			<b>9,24</b>	<b>150</b>	<b>0,92</b>	<b>0,99</b>	<b>34,44</b>
<b>Ужин</b>							
Суп молочный	171	150	9,13	109	4,28	3,95	14,24
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>12,59</b>	<b>197</b>	<b>6,01</b>	<b>4,25</b>	<b>33,84</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 119</b>	<b>30,54</b>	<b>26,03</b>	<b>190,33</b>

Зав.пр-м

*Охоткина О.А.*



Утверждаю:

ИП Ярушина В.Б.



Утверждаю:

Директор МАОУ "Документов"



Меню

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>4 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша овс.из 'Геркулеса'	272	150	10,32	171	5,37	7,05	21,60
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Бутерброд с маслом	114/111	30	5,70	96	1,93	4,33	12,34
<b>Итого -</b>			<b>17,58</b>	<b>312</b>	<b>7,38</b>	<b>11,38</b>	<b>45,19</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Яблоки свежие	118	100	16,80	47	0,40	0,40	9,80
<b>Итого -</b>			<b>16,80</b>	<b>47</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>
<b>Обед</b>							
Суп крестьян.со сметаной	160/488	155	5,05	76	1,41	3,81	8,91
Рыба, припущенная в молоке	342	50	24,27	62	6,43	3,46	1,49
Свекла, туш.в мол.соусе	196	110	14,06	115	2,42	7,26	10,01
Компот из смеси сухофруктов	527	150	5,46	83	0,38		20,25
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>51,88</b>	<b>418</b>	<b>13,48</b>	<b>14,93</b>	<b>57,18</b>
<b>Полдник</b>							
Печенье	609	30	5,27	125	2,25	2,94	22,32
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
<b>Итого -</b>			<b>6,83</b>	<b>170</b>	<b>2,33</b>	<b>2,94</b>	<b>33,57</b>
<b>Ужин</b>							
Макаронные изделия отварные	297	130	6,92	126	4,91	0,59	25,17
Соус молочный	444	30	3,31	33	1,03	2,09	2,66
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>13,69</b>	<b>247</b>	<b>7,67</b>	<b>2,98</b>	<b>47,43</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 194</b>	<b>31,26</b>	<b>32,63</b>	<b>193,17</b>

Зав.пр-м

*Ярушина В.Б.*



Утверждаю

ИП Ярушина В.Б.



Утверждаю

Директор МАОУ

документов

2022 г.



Меню

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>5 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша ячневая	261	150	12,60	203	4,80	8,55	26,82
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Бутерброд с сыром	114/106	35	9,02	93	4,46	2,81	12,30
<b>Итого -</b>			<b>23,18</b>	<b>341</b>	<b>9,34</b>	<b>11,36</b>	<b>50,37</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Сок яблочный	537	100	5,20	46	0,50	0,10	10,10
<b>Итого -</b>			<b>5,20</b>	<b>46</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>
<b>Обед</b>							
Рассольник со сметаной	139/488	155	9,02	81	1,36	3,90	9,93
Курица в соусе с томатом	410	50	28,46	80	5,67	5,63	1,71
Каша гречневая рассыпчатая	243	110	9,36	186	6,27	5,75	27,20
Компот из свежих фруктов	526	150	6,18	72	0,38	0,15	17,33
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>56,06</b>	<b>501</b>	<b>16,52</b>	<b>15,83</b>	<b>72,69</b>
<b>Полдник</b>							
Вафли	607	30	7,68	105	0,84	0,99	23,19
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
<b>Итого -</b>			<b>9,24</b>	<b>150</b>	<b>0,92</b>	<b>0,99</b>	<b>34,44</b>
<b>Ужин</b>							
Омлет натуральный	307	65	15,01	106	5,60	8,70	1,50
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>18,47</b>	<b>194</b>	<b>7,33</b>	<b>9,00</b>	<b>21,10</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 232</b>	<b>34,61</b>	<b>37,28</b>	<b>188,70</b>

Зав.пр-м

*Евдокимова О.А.*



Утверждаю:

ИП Ярушина В.Б.



Утверждаю:

Директор МАОУ "



Меню

" "

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>6 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша пшенная	273	150	10,37	213	5,85	7,10	26,85
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Бутерброд с повидлом	114/15	35	4,01	83	1,94	0,20	18,83
<b>Итого -</b>			<b>15,94</b>	<b>341</b>	<b>7,87</b>	<b>7,30</b>	<b>56,93</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Яблоки свежие	118	100	16,80	47	0,40	0,40	9,80
<b>Итого -</b>			<b>16,80</b>	<b>47</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>
<b>Обед</b>							
Борщ со сметаной	133/488	155	6,24	57	1,08	2,65	7,09
Тефтели из гов.в мол.соусе	393	50	27,64	85	5,15	5,35	4,00
Рис отварной	419	110	7,52	150	2,71	4,46	24,79
Компот из смеси сухофруктов	527	150	5,46	83	0,38		20,25
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>49,90</b>	<b>457</b>	<b>12,16</b>	<b>12,86</b>	<b>72,65</b>
<b>Полдник</b>							
Булочка ванильная	582	50	6,49	165	3,92	4,00	28,25
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
<b>Итого -</b>			<b>8,05</b>	<b>210</b>	<b>4,00</b>	<b>4,00</b>	<b>39,50</b>
<b>Ужин</b>							
Суп молочный	171	150	9,13	109	4,28	3,95	14,24
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>12,59</b>	<b>197</b>	<b>6,01</b>	<b>4,25</b>	<b>33,84</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 252</b>	<b>30,44</b>	<b>28,81</b>	<b>212,72</b>

Зав.пр-м

*Ярушина В.Б.*



Утверждаю:

ИП Ярушина В.Б. Борисовна



Утверждаю:

Директор МАСУ



Меню

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>7 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша манная молочная жидкая	268	150	9,76	162	4,65	5,60	23,15
Какао с молоком	508	150	8,81	108	2,70	2,48	18,75
Бутерброд с сыром	114/106	35	9,02	93	4,46	2,81	12,30
<b>Итого -</b>			<b>27,59</b>	<b>363</b>	<b>11,81</b>	<b>10,89</b>	<b>54,20</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Сок яблочный	537	100	5,20	46	0,50	0,10	10,10
<b>Итого -</b>			<b>5,20</b>	<b>46</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>
<b>Обед</b>							
Щи со сметаной	147/488	155	6,23	58	1,18	3,74	4,85
Рыба, туш.в томате с овощами	349	50	21,18	51	4,75	2,57	2,25
Картофельное пюре	434	110	11,11	101	2,31	4,84	11,99
Компот из свежих фруктов	526	150	6,18	72	0,38	0,15	17,33
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>47,74</b>	<b>364</b>	<b>11,46</b>	<b>11,70</b>	<b>52,94</b>
<b>Полдник</b>							
Печенье	609	30	5,27	125	2,25	2,94	22,32
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
<b>Итого -</b>			<b>6,83</b>	<b>170</b>	<b>2,33</b>	<b>2,94</b>	<b>33,57</b>
<b>Ужин</b>							
Запеканка рисовая с творогом	322	100	13,87	174	5,73	5,60	25,13
Соус молочный	444	30	3,31	33	1,03	2,09	2,66
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>20,64</b>	<b>295</b>	<b>8,49</b>	<b>7,99</b>	<b>47,39</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 238</b>	<b>34,59</b>	<b>33,62</b>	<b>198,20</b>

Зав.пр-м

*Жихарева ОМ*



Утверждаю:

ИП Ярушина В.Б.



Утверждаю:

Директор МАОУ

2022 г



Меню

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>8 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша овс.из 'Геркулеса'	272	150	10,32	171	5,37	7,05	21,60
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Бутерброд с маслом	114/111	30	5,70	96	1,93	4,33	12,34
<b>Итого -</b>			<b>17,58</b>	<b>312</b>	<b>7,38</b>	<b>11,38</b>	<b>45,19</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Яблоки свежие	118	100	16,80	47	0,40	0,40	9,80
<b>Итого -</b>			<b>16,80</b>	<b>47</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>
<b>Обед</b>							
Рассольник со сметаной	139/488	155	9,02	81	1,36	3,90	9,93
Фрикадельки из кур с соусом	415/444	50	17,72	87	5,52	5,38	3,99
Свекла, туш.в мол.соусе	196	110	14,06	115	2,42	7,26	10,01
Компот из смеси сухофруктов	527	150	5,46	83	0,38		20,25
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>49,30</b>	<b>448</b>	<b>12,52</b>	<b>16,94</b>	<b>60,70</b>
<b>Полдник</b>							
Печенье	609	30	5,27	125	2,25	2,94	22,32
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
<b>Итого -</b>			<b>6,83</b>	<b>170</b>	<b>2,33</b>	<b>2,94</b>	<b>33,57</b>
<b>Ужин</b>							
Омлет натуральный	307	65	15,01	106	5,60	8,70	1,50
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>18,47</b>	<b>194</b>	<b>7,33</b>	<b>9,00</b>	<b>21,10</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 171</b>	<b>29,96</b>	<b>40,66</b>	<b>170,36</b>

Зав.пр-м

*Ситникова ОА*



Утверждаю

ИП Ярушина В.Б.



Утверждаю

Директор МАОУ "

2022 г.



Меню

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>9 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша пшеничная	273	150	10,37	213	5,85	7,10	26,85
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Бутерброд с вар.сгущенкой	114/472.21	35	4,74	92	2,62	1,05	17,85
<b>Итого -</b>			<b>16,67</b>	<b>350</b>	<b>8,55</b>	<b>8,15</b>	<b>55,95</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Сок яблочный	537	100	5,20	46	0,50	0,10	10,10
<b>Итого -</b>			<b>5,20</b>	<b>46</b>	<b>0,50</b>	<b>0,10</b>	<b>10,10</b>
<b>Обед</b>							
Суп-пюре из картофеля	165	150	10,18	106	2,91	3,87	14,85
Гренки из пшеничного хлеба	176	20	2,85	67	2,25	0,23	13,95
Тефтели из гов.в мол.соусе	393	50	27,64	85	5,15	5,35	4,00
Капуста тушеная	428	110	15,02	69	4,07	3,96	4,29
Компот из свежих фруктов	526	150	6,18	72	0,38	0,15	17,33
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>64,91</b>	<b>481</b>	<b>17,60</b>	<b>13,96</b>	<b>70,94</b>
<b>Полдник</b>							
Вафли	609	30	7,68	105	0,84	0,99	23,19
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
<b>Итого -</b>			<b>9,24</b>	<b>150</b>	<b>0,92</b>	<b>0,99</b>	<b>34,44</b>
<b>Ужин</b>							
Макаронные изделия отварные	297	130	6,92	126	4,91	0,59	25,17
Соус молочный	444	30	3,31	33	1,03	2,09	2,66
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>13,69</b>	<b>247</b>	<b>7,67</b>	<b>2,98</b>	<b>47,43</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 274</b>	<b>35,24</b>	<b>26,18</b>	<b>218,86</b>

Зав.пр-м

*Жихарева О.И.*



Утверждаю

ИП Ярушина В.Б.



Утверждаю:

Директор МАОУ

2022 г.



Меню

Ясли (до 3-х лет)

Наименование	№ рецептурника	Вес блюда (гр)	Цена (руб)	Ккал	Белки	Жиры	Углеводы
<b>10 день</b>							
<b>Завтрак</b>							
Каша манная молочная жидкая	268	150	9,76	162	4,65	5,60	23,15
Какао с молоком	508	150	8,81	108	2,70	2,48	18,75
Бутерброд с повидлом	114/15	35	4,01	83	1,94	0,20	18,83
<b>Итого -</b>			<b>22,58</b>	<b>353</b>	<b>9,29</b>	<b>8,28</b>	<b>60,73</b>
<b>2-Завтрак</b>							
Яблоки свежие	118	100	16,80	47	0,40	0,40	9,80
<b>Итого -</b>			<b>16,80</b>	<b>47</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>
<b>Обед</b>							
Суп гороховый	149	150	6,14	65	1,38	2,55	9,08
Тефтели из говядины 'Ежики'	395	50	28,40	11	4,75	7,65	5,70
Картофельное пюре	434	110	11,11	101	2,31	4,84	11,99
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб пшеничный	114	20	1,52	47	1,52	0,16	9,84
Хлеб ржаной	115	20	1,52	35	1,32	0,24	6,68
<b>Итого -</b>			<b>50,25</b>	<b>304</b>	<b>11,36</b>	<b>15,44</b>	<b>54,54</b>
<b>Полдник</b>							
Печенье	609	30	5,27	125	2,25	2,94	22,32
Йогурт	536	100	9,20	87	5,00	3,20	8,50
<b>Итого -</b>			<b>14,47</b>	<b>212</b>	<b>7,25</b>	<b>6,14</b>	<b>30,82</b>
<b>Ужин</b>							
Суп молочный	171	150	9,13	109	4,28	3,95	14,24
Чай с сахаром	502	150	1,56	45	0,08		11,25
Хлеб ржаной	115	25	1,90	43	1,65	0,30	8,35
<b>Итого -</b>			<b>12,59</b>	<b>197</b>	<b>6,01</b>	<b>4,25</b>	<b>33,84</b>
<b>Итого за день</b>			<b>107,00</b>	<b>1 113</b>	<b>34,31</b>	<b>34,51</b>	<b>189,73</b>

Зав.пр-м

*Хохмуева О.А.*