













<b>Итого за завтрак:</b>			692	18,594	24,038	78,456	605	0,53	0,33	69,49	72,10	7,47	152,65	361,54	100,09	4,26	1447,5 <sub>9</sub>	266,61	34,17	456,
<b>Итого за День:</b>				18,594	24,038	78,456	605	0,53	0,33	69,49	72,10	7,47	152,65	361,54	100,09	4,26	1447,5 <sub>9</sub>	266,61	34,17	456,
<b>3 День</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
1 Запеканка творожная с манной крупой		(25)	200	22,015	12,391	40,957	363	0,14	0,38	0,66	15,09	0,38	218,85	344,81	210,61	260,97	202,53	59,06	38,47	51,
2 Соус из кураги 1/30		(12)	30	0,079	0,011	17,284	70	0,00	0,01	0,17	0,00	0,00	4,33	6,34	3,04	0,15	47,02	0,00	0,00	0,
3 Кофейный напиток с молоком		395 (26)	200	2,296	1,778	11,297	70	0,02	0,08	0,65	41,15	0,00	67,87	84,14	31,58	1,44	157,93	4,50	1,00	10,
4 Фрукты свежие		627 (21)	1 шт	0,372	0,041	10,306	43	0,03	0,02	11,00	0,00	0,00	17,60	12,10	9,90	2,42	305,80	1,94	0,29	7,
5 Булочка "Веснушка"		773 (21)	50	3,151	2,786	26,563	144	0,04	0,02	0,01	0,04	0,02	10,80	37,09	6,92	0,55	62,41	15,53	3,36	13,
<b>Итого за завтрак:</b>			590	27,912	17,008	106,407	690	0,23	0,51	12,48	56,28	0,41	319,46	484,48	282,05	265,53	775,69	81,03	43,11	83,
<b>Итого за День:</b>				27,912	17,008	106,407	690	0,23	0,51	12,48	56,28	0,41	319,46	484,48	282,05	265,53	775,69	81,03	43,11	83,
<b>4 День</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
1 Омлет с овощами по европейски (с томатами, перцем)		(0)	200	15,612	23,730	4,512	294	0,17	0,56	96,04	13,82	1,99	303,40	354,00	54,19	3,70	432,75	121,16	32,26	57,
2 Чай с лимоном		686 (21)	217	0,212	0,007	8,943	37	0,00	0,00	2,90	0,00	0,00	8,05	9,79	5,24	0,89	11,41	0,01	0,02	0,
3 Хлеб "Полезный" ( из ржано-пшеничной муки)		(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,01	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,
4 Ватрушка с повидлом		741 (21)	75	3,657	2,062	42,615	204	0,05	0,03	0,17	0,05	0,08	16,12	44,41	9,01	0,98	54,03	24,47	3,89	11,1,
<b>Итого за завтрак:</b>			522	20,528	25,993	67,097	584	0,31	0,60	99,11	13,88	2,07	351,58	456,21	82,84	6,32	555,19	145,64	36,18	69,
<b>Итого за День:</b>				20,528	25,993	67,097	584	0,31	0,60	99,11	13,88	2,07	351,58	456,21	82,84	6,32	555,19	145,64	36,18	69,
<b>5 День</b>																				
<b>Завтрак</b>																				
1 Печень с яблоками луком соусом " Помидорка"		(25)	180	17,538	20,854	17,675	329	0,40	2,60	51,66	9647,3 <sub>0</sub>	0,00	34,43	396,72	35,00	9,94	628,02	68,29	52,67	288,8
2 Макароны изделия отварные		516 (21)	100	3,259	2,622	22,390	126	0,06	0,02	0,00	14,12	0,04	15,83	63,50	18,38	0,60	79,17	70,08	0,03	7,9
3 Напиток растворимый "Цикорий" с молоком		(25)	200	1,152	1,034	10,770	57	0,01	0,07	0,65	41,00	0,00	60,30	45,50	6,50	0,12	70,00	4,50	1,00	10,0,
4 Хлеб "Полезный" ( из ржано-пшеничной муки)		(0)	30	1,047	0,195	11,027	50	0,09	0,01	0,00	0,00	0,00	24,00	48,00	14,40	0,75	57,00	0,00	0,00	0,
5 Батон " Вкусный"		(25)	30	1,551	0,172	13,726	63	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,
<b>Итого за завтрак:</b>			540	24,547	24,877	75,588	624	0,56	2,70	52,31	9702,4 <sub>2</sub>	0,04	134,56	553,72	74,28	11,41	834,19	142,87	53,71	306,2,
<b>Итого за День:</b>				24,547	24,877	75,588	624	0,56	2,70	52,31	9702,4 <sub>2</sub>	0,04	134,56	553,72	74,28	11,41	834,19	142,87	53,71	306,2,
<b>6 День</b>																				
<b>Завтрак</b>																				





- 12 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1994г
- 13 - Сб.рецептур блюд и кул.изделий для ПОП 1997г
- 21 - сб.рецептур блюд и кул.изд. для ПОП при общеобр. школ 2004г.
- 25 - Технико-технологическая карта №
- 26 - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей в дошкольных организациях 2011 г.