



Утверждаю

Заведующий МКОУ № 204

Н.А.Метелягина

Приказ № 103\1-о от 25.04.2022

МЕНЮ
МКОУ № 204 г.Кирова
ВЕСНА
(с 01.03 по 30.06)

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность
			Б	Ж	У	
весна с 01.03 по 30.06 01 день (пн), Неделя: 1, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад						
Завтрак 1						
	КАША РИСОВАЯ С МАСЛОМ	200	4,86	5,3	25,56	168,96
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7
	Итого	430	9,61	12,4	54,16	366,66
Завтрак 2						
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47
	Итого	300	1,4	0,6	29,59	133
На весь день						
	Соль йодированная	5	0	0	0	0
	Итого	5				
Обед						
	САЛАТ `СТЕПНОЙ` ИЗ РАЗНЫХ ОВОЩЕЙ	60	2,14	6,05	4,66	81,18
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ВЕРМЕШЕЛЬЮ	200	3,68	4,16	16,64	119,2
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	2,71	2,9	15,22	98,98
	КОТЛЕТЫ, БИТОЧКИ, ШНИЦЕЛИ (СВИНИНА)	80	9,93	23,35	10,18	278,3
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7
	Итого	700	20,11	36,76	68,55	675,16
Полдник						
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПРЯНИКИ	60	3,55	2,8	45	219,6
	Итого	260	9,15	7,7	54,3	324,4
Ужин 1						
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ ОТВАРНОЙ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,75	3,27	3,92	48,64
	ЗАПЕКАНКА С ИЗЮМОМ	150	17,8	14,12	29,77	313,67
	СОУС СМЕТАННЫЙ	50	0,6	2,2	2,29	38,5
	БАТОН	37	2,82	0,37	18,98	96,93
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06
	Итого	477	22,77	20,96	66,37	541,8
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 01 день (пн)						
		2172	63,04	78,42	272,97	2041,02
весна с 01.03 по 30.06 02 день (вт), Неделя: 1, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад						
Завтрак 1						
	КАША ЯЧНЕВАЯ С МАСЛОМ	200	4,95	6	21,74	161,83
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	180	2,83	3,11	13,52	89,62
	Итого	418	12,28	13,23	48,11	358,42

20,37

7,388889

37,50889

18,02222

30,1

19,91222

Завтрак 2							
	АПЕЛЬСИН (ЯБЛОКО)	100	0,89	0,2	8,1	43	
	Итого	100	0,89	0,2	8,1	43	2,388889
На весь день							
	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
	Итого	5					
Обед							
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	200	5,12	3,6	14,88	112,8	
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	150	3,59	4,57	37,33	204,35	
	ГУЛЯШ С ТОМАТОМ	80	11,39	9,6	5,9	163	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39	
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15	
	Итого	720	24,36	21,36	98,38	696,39	38,68833
Полдник							
	ЙОГУРТ	200	5,8	5	22	156	
	БУЛОЧКА 'ОЗДОРОВИТЕЛЬНАЯ' (С РЕКИЦЕНОМ)	50	4	2	24	119,98	
	Итого	250	9,8	7	46	275,98	15,33222
Ужин 1							
	САЛАТ ДЕРЕВЕНСКИЙ	60	0,48	0	0,96	7,92	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,07	4,16	27,65	131,85	
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ С СЫРОМ	80	17,76	7,28	0	136,8	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78	
	Итого	525	25,24	12,04	63,06	435,85	24,21389
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 02 день (вт)		2018	72,57	53,83	263,65	1809,64	
весна с 01.03 по 30.06 03 день (ср), Неделя: 1, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад							
Завтрак 1							
	КАША МАННАЯ С МАСЛОМ	200	6,09	5,73	25,03	174,51	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7	
	Итого	430	10,84	12,83	53,63	372,21	20,67833
Завтрак 2							
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86	
	Итого	300	1,4	0,6	29,59	133	7,388889
На весь день							
	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
	Итого	5					

Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	60	0,96	3,06	4,62	49,44	
	УХА С КРУПОЙ РИСОВОЙ	200	7,76	3,84	10,48	111,2	
	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ (СВИНИНА)	200	10,57	20,76	17,26	296,15	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
	Итого	695	22,44	28,21	67,06	613,79	34,09944
Полдник							
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8	
	ВАТРУШКА СО СМЕТАНОЙ	70	4,63	9,57	30,11	243	
	Итого	270	10,23	14,47	39,41	347,8	19,32222
Ужин 1							
	САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	60	1,05	9,92	7,71	124,32	
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91	
	Итого	455	17,39	24,24	41,9	454,83	25,26833
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 03 день (ср)		2155	62,3	80,35	231,59	1921,63	
весна с 01.03 по 30.06 04 день (чт), Неделя: 1, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад							
Завтрак 1							
	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	150	12,88	11,74	20,25	272,88	
	СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,36	1,32	1,37	23,1	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91	
	Итого	400	16,2	17,64	38,91	417,69	23,205
Завтрак 2							
	АПЕЛЬСИН (ЯБЛОКО)	100	0,89	0,2	8,1	43	
	Итого	100	0,89	0,2	8,1	43	2,38889
На весь день							
	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
	Итого	5					
Обед							
	САЛАТ `ЗДОРОВЬЕ`	60	0,96	2,04	4,08	37,2	
	СУП `ВОЛНА` С МЯСОМ ПТИЦЫ	200	4,03	6,11	18,13	186,6	
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	3,9	5,5	39,1	126,4	
	КОТЛЕТЫ НАТУРАЛЬНЫЕ ИЗ КУРЫ	80	7,1	1,6	3,9	77,4	
	СОУС СМЕТАННЫЙ С ТОМАТОМ	50	0,88	4,25	2,84	53,3	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	2,79	0,4	20,2	98	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
	Итого	770	19,66	19,9	97,95	617,6	34,31111

Полдник							
	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94	
	ПЕЧЕНЬЕ	20	0,02	0	15,88	64,2	
	БАТОН	30	2,29	0,3	15,39	78,59	
	Итого	250	8,3	0,5	39,26	204,73	11,37389
Ужин 1							
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЧЕСНОКОМ	60	0,69	3,07	3,16	38,02	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58	
	ПУДИНГ ИЗ СВИНИНЫ	70	13,25	27,84	0,78	292,75	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29	
	Итого	490	18,84	34,29	37,55	521,44	28,96889
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 04 день (чт)		2015	63,89	72,53	221,77	1804,46	
весна с 01.03 по 30.06 05 день (пт), Неделя: 1, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад							
Завтрак 1							
	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	200	5,73	4,95	24,25	165,65	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7	
	Итого	430	10,48	12,05	52,85	363,35	20,18611
Завтрак 2							
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86	
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	
	Итого	300	1,4	0,6	29,59	133	7,388889
На весь день							
	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
	Итого	5					
Обед							
	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ С СЫРОМ	60	2,02	7,81	3,35	92,79	
	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ	200	3,52	4,05	8,88	97,52	
	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ	150	4,22	5,61	30,5	113,74	
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	10,8	15,33	0	190,25	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ И ИЗЮМА	180	0,34	0	14,64	58,98	
	Итого	700	22,55	33,1	69,52	612,08	34,00444
Полдник							
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8	
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8	
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39	
	Итого	250	8,9	6,5	42,06	266,99	14,83278
Ужин 1							
	ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	60	1,6	3,6	6,9	65,2	
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	120	3	4,05	11,7	100,8	
	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	200	24,97	10,16	27,48	301,11	

	СОУС МОЛОЧНЫЙ С МОРКОВЬЮ	30	0,78	2,84	3,08	40,96	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91	
	Итого	505	30,26	17,03	54,7	491,48	27,30444
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 05 день (пт)		2190	73,59	69,28	248,72	1866,9	
весна с 01.03 по 30.06 06 день (пн), Неделя: 2, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад							
Завтрак 1							
	КАША ПШЕННАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ	160	4,53	4,22	26,05	159,98	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7	
	Итого	430	14,37	15,91	54,95	420,68	23,37111
Завтрак 2							
	АПЕЛЬСИН (ЯБЛОКО)	100	0,89	0,2	8,1	43	
	Итого	100	0,89	0,2	8,1	43	2,388889
На весь день							
	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
	Итого	5					
Обед							
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	0,9	3	3,9	47,9	
	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ	200	2,16	3,44	13,44	93,6	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,07	4,16	27,65	131,85	
	БИТОЧКИ ПО-БЕЛОРУССКИ (СВИНИНА)	75	6,68	26,11	1,02	299,08	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
	Итого	715	15,99	37,21	78,12	722,32	40,12889
Полдник							
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8	
	СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,2	2,66	25,72	146,29	
	Итого	250	8,8	7,56	35,02	251,09	13,94944
Ужин 1							
	МОРКОВНАЯ ЗАПЕКАНКА	200	7,23	11,21	47,55	323,67	
	СОУС ФРУКТОВЫЙ ИЗ КУРАГИ	50	0,2	0	4,6	19,9	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91	
	Итого	485	11,44	11,84	77,49	466,98	25,94333
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 06 день (пн)		1985	51,49	72,72	253,68	1904,07	
весна с 01.03 по 30.06 07 день (вт), Неделя: 2, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад							
Завтрак 1							

	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ СО СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	200	4,5	5,9	22	159	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	СЫР ПОРЦИЯМИ	13	3	3,87	0	47,47	
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	0,8	1	11,41	44,06	
	Итого	418	9,8	11,02	46,26	310,03	17,22389
Завтрак 2							
	СОК (фруктовый/овощной)	200	1	0,2	19,79	86	
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	
	Итого	300	1,4	0,6	29,59	133	7,388889
На весь день							
	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
	Итого	5					
Обед							
	ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	60	0,75	3,27	3,92	48,64	
	ЩИ	200	2,32	3,28	4,16	55,2	
	РИС ПРИПУЩЕННЫЙ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	3,9	5,5	39,1	126,4	
	ПЕЧЕНЬ ПО- СТРОГАНОВСКИ	80	11,39	9,6	5,9	163	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15	
	Итого	735	19,48	20,73	93,68	565,49	31,41611
Полдник							
	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94	
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	70	4,59	8,62	38,82	250,49	
	Итого	270	10,58	8,82	46,81	312,43	17,35722
Ужин 1							
	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	60	2,82	11,6	4,18	133,07	
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,16	3,91	14,25	127,33	
	СУФЛЕ РЫБНОЕ	80	3,66	4,1	2,69	102,34	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78	
	Итого	500	11,33	19,91	42,42	458,32	25,46222
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 07 день (вт)		2228	52,59	61,08	258,76	1779,27	
весна с 01.03 по 30.06 08 день (ср), Неделя: 2, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад							
Завтрак 1							
	ЛАПША МОЛОЧНАЯ	200	4,7	4,9	16	125,8	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ (40 гр)	40	5,09	4,59	0,3	63	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7	
	Итого	470	14,54	16,59	44,9	386,5	21,47222
Завтрак 2							
	АПЕЛЬСИН (ЯБЛОКО)	100	0,89	0,2	8,1	43	

	Итого	100	0,89	0,2	8,1	43	2,388889
На весь день							
	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
	Итого	5					
Обед							
	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЯБЛОКАМИ	60	0,31	2,97	4,67	44,23	
	БОРЩ СО СМЕТАНОЙ	200	3,55	4,44	8,15	97,18	
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	150	2,92	4,92	15	141,16	
	РЫБА ЗАПЕЧЕНАЯ	80	2,51	2,74	2,29	92,57	
	МАРИНАД ОВОЩНОЙ С ТОМАТОМ	50	0,6	4,9	4,6	65,1	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	БАТОН	20	1,53	0,2	10,26	52,39	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
	Итого	770	13,07	20,47	66,82	590,13	32,785
Полдник							
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8	
	ПЕЧЕНЬЕ	60	0,06	0	47,64	192,6	
	Итого	260	5,66	4,9	56,94	297,4	16,52222
Ужин 1							
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ИЗЮМОМ И РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ	60	0,7	3,05	10,38	63	
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА	150	26,15	12,56	25,97	323,41	
	СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,87	1,99	27,05	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	ЧАЙ БЕЗ САХАРА	180	0,12	0,03	0,04	0,91	
	Итого	455	30,36	17,91	55,58	497,67	27,64833
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 08 день (ср)		2060	64,52	60,07	232,34	1814,7	
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 08 день (ср)		2060	64,52	60,07	232,34	1814,7	

	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОГО КАРТОФЕЛЯ, МОРКОВИ С РЕПЧАТЫМ ЛУКОМ. СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ	60	1	5,9	4,9	82,8	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	2,88	2,29	15,36	93,6	
	КАПУСТА ТУШЕНАЯ	150	3,25	3,08	12,66	96,58	
	БИТОЧКИ ИЗ КУР	80	9,19	8,69	13,5	176,1	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	БАТОН	33	2,52	0,33	16,93	86,44	
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,18	0,09	13,96	57,15	
	Итого	733	20,67	20,68	89,46	651,47	36,19278
Полдник							
	КЕФИР	200	5,99	0,2	7,99	61,94	
	ПРЯНИКИ	30	1,77	1,4	22,5	109,8	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	Итого	265	10,55	2	47,69	255,04	14,16889
Ужин 1							
	СВЕКЛА ПОРЦИЯМИ	60	0,9	0,06	5,28	25,2	
	МАКАРОНЫ С СЫРОМ	180	7,51	9,2	34,19	250,61	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,1	0,2	8,1	39,2	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	180	0,04	0	9,15	36,78	
	Итого	475	12,34	9,86	73,92	435,09	24,17167
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 09 день (чт)		2208	54,5	45,54	294,53	1843	
весна с 01.03 по 30.06 10 день (пт), Неделя: 2, Сезон: весна, Возрастная категория: Сад							
Завтрак 1							
	КАША ГЕРКУЛЕСОВАЯ С МАСЛОМ	200	5,39	7,22	22,35	175,55	
	БАТОН	25	1,5	0,25	12,85	59,5	
	МАСЛО ПОРЦИЯМИ	5	0,05	4,15	0,05	37,5	
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	200	3,2	2,7	15,7	100,7	
	Итого	430	10,14	14,32	50,95	373,25	20,73611
Завтрак 2							
	ЯБЛОКО	100	0,4	0,4	9,8	47	
	Итого	100	0,4	0,4	9,8	47	2,611111
На весь день							
	Соль йодированная	5	0	0	0	0	
	Итого	5					
Обед							
	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ МОРКОВИ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ И РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	60	1	5,07	3,03	57	
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200	6,8	8,4	8,5	147,5	
	ПЛОВ ИЗ СВИНИНЫ	200	27,07	22,67	47,59	502,67	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0	0	9,7	38,7	
	Итого	700	18,44	35,05	56,66	641,79	35,655

Полдник							
	МОЛОКО	200	5,6	4,9	9,3	104,8	
	БУЛОЧКА `ВЕСНУШКА `	70	5,04	4,2	38,08	212,8	
	Итого	270	10,64	9,1	47,38	317,6	17,64444
Ужин 1							
	САЛАТ ИЗ ОВОЩЕЙ	60	3,18	10,23	9,34	141,92	
	ОМЛЕТ	150	11,78	13,59	4,8	187,5	
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	1,65	0,3	12,15	58,8	
	БАТОН	35	2,79	0,4	17,2	83,3	
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	8,8	35,29	
	Итого	455	19,4	24,52	52,29	506,81	28,15611
Итого за: весна с 01.03 по 30.06 10 день (пт)		1960	59,02	83,39	217,08	1886,45	
Итого за весь период		20991	617,51	677,21	2495,09	18671,14	
Среднее значение за период		2099,1	61,75	67,72	249,51	1867,11	