





<b>ЗАВТРАК 8-й день</b>														
4	Каша геркулес на молоке	200	8,16	9,84	47,8	264	0,20	0,12	0,03	0,50	142,31	17,6	1,46	0
1	Хлеб (пшеничный/ржаной) с маслом	50/15	2,03	8,6	0,44	129,1	0,05	0,05	0,05	0	52,2	8,9	0,65	0,01
375	Чай черный	200	0,18	0,04	0,03	1,29	0,00	0,00	0	1,09	4,54	4,03	0,75	7,55
368	Фрукты свежие	100	0,08	0,08	19,6	88	0,06			20	32		4,4	
<b>ИТОГО</b>		<b>565</b>	<b>10,45</b>	<b>18,56</b>	<b>68,14</b>	<b>482,39</b>								
<b>ЗАВТРАК 9-й день</b>														
181	Каша манная на молоке	200	6,11	10,72	32,38	233	0,06	0,05	0,46	0,22	133,77	20,30	0,47	1,17
382	Какао с молоком	200	4,08	3,54	17,58	118,6	0,06	0,02	0	1,59	152,22	21,34	0,48	1,59
пром	печенье	25	1,5	2,0	14,9	40,53	0,0	2,0	0,7	0,0	5,8	4,0	0,4	18,0
209	Яйцо отварное	40	5,10	4,60	0,30	22,0	0,03	0,10	0,0	0,0	22,00	4,80	1,00	76,8
1	Хлеб (пшеничный/ржаной) с маслом	50/15	2,03	8,6	0,44	129,1	0,05	0,05	0,05	0	52,2	8,9	0,65	0,01
<b>ИТОГО</b>		<b>530</b>	<b>18,82</b>	<b>29,46</b>	<b>65,60</b>	<b>543,23</b>								
<b>ЗАВТРАК 10-й день</b>														
243	Сосиски отварные/ гречка отварная с маслом	70/150	7,77	17,78	0,98	197,4	0,19	0,08	0,19	0,00	19,6	11,2	1,26	137,39
165			8,96	5,56	37,05	199,02	0,00	0,00	0,00	0,00	13,8	0,35	0,80	14,77
1	Хлеб пшеничный/ржаной	50	4,56	0,48	29,52	106,8	0,06	0,00	0,58	0,00	4,90	33	1,8	17,60
			2,64	0,48	15,84	66,24	0,04	0,00	0,38		9,70	47	3,9	43,40
15	Сыр неострых сортов	20	4,64	5,90	0	72,80	0,01	52		0,14	176	7,00	0,20	100
375	Чай черный	180	0,18	0,04	0,03	1,29	0,00	0,00	0	1,09	4,54	4,03	0,75	7,55
368	Фрукты свежие	100	0,08	0,08	19,6	44	0,06			20	32		4,4	
<b>ИТОГО</b>		<b>570</b>	<b>36,75</b>	<b>130,04</b>	<b>103,29</b>	<b>580,75</b>								

1. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для предприятий общественного питания при общеобразовательных школах / Под ред. В.Т.Лапшиной. – М.: Хлебпродинформ, 2004.
2. Сборник технических нормативов - Сборник рецептур блюд и кулинарных изделий для питания детей дошкольных образовательных учреждений / Под ред. М.П.Могильного и В.А.Тутельяна. – М.: ДеЛи принт, 2015. 2007,