

**Муниципальное казенное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад № 64»
городского округа Нальчик Кабардино-Балкарской Республики
(МКДОУ «Детский сад № 64»)**

УТВЕРЖДАЮ
Заведующий
МКДОУ «Детский сад № 64»

З.Т. Мусукова



**Примерное 20-ти дневное меню
Муниципального казенного дошкольного образовательного учреждения
«Детский сад № 64»
городского округа Нальчик Кабардино-Балкарской Республики
(для возрастной категории детей от 3 до 7(8) лет)**

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергет. ценность (Ккал)	№ рецепта
			Б	Ж	У		
1 день	Возрастная категория: 3-7 лет						
завтрак	Суп геркулесовый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200	12	3,1	14	53,06	113
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Борщ со сметаной	200	1,8	4,4	10,2	80	12
	Яйцо запеченное	40	3,9	5,25	0,7	65,5	92
	Гречневый гарнир	70	2,17	1,89	11,2	63,7	152
	Томатный соус	50	0,05	5	16,284	118,684	364
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		730	33,68	37,15	170,894	1025,664	
полдник	Булочка сдобная	50	3,9	4,3	26,3	142,611	186
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		250	7,95	4,55	27,13	197,3	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1430	45,55	51,92	253,284	1537,904	
2 день							
завтрак	Суп вермишелевый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп гороховый со сметаной	200	5,72	0,48	16,12	101,88	37
	Гуляш	50	11,1	12,45	27,6	261	39
	Рисовый гарнир	70	2,17	1,89	11,2	63,7	152
	Томатный соус	50	2,05	5	16,284	118,684	364
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		740	31,43	27,38	159,76	893,62	
полдник	Каша пшеничная молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1630	45,87	46,39	232,66	1418,12	
3 день							
завтрак	Суп пшennyй молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп рассольник со сметаной	200	1,8	44	13,8	98	25

	Пирожок с мясом	60	11,34	5,13	32,67	221,4	454
	Сметанный соус	50	2,2	3,06	0,54	47,23	732
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		680	24,59	29,38	143,23	807,6	
полдник	Каша ячневая молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1570	40,43	48,24	233,83	1444,6	
4 день							
завтрак	Суп рисовый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
бед	Борщ со сметаной	200	1,8	4,4	10,2	80	12
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
	Рыбная котлета	70	9,59	1,4	5,6	7,3	80
	Вермишелевый гарнир	70	2,688	0,385	15,532	72,38	204
	Томатный соус	50	2,05	5	16,284	118,684	364
	Компот из сухофруктов	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		860	30,738	25,635	163,656	809,104	
полдник	Каша манная молочная	200	6,4	7,4	27,2	202	157
	Сыр	20	4,178	4,723	0,4	75	
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		460	13,418	12,563	55,26	403,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1770	51,856	51,518	263,456	1545,104	
5 день							
завтрак	Суп гречневый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп рисовый со сметаной	200	1,76	2,32	13,2	81,2	80
	Соус из курицы	180	16,26	13,97	12,14	233,67	102
	Компот из сухофруктов	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		750	29,365	31,29	152,689	845,61	
полдник	Рулет с какао	60	4,5	5,6	28,3	157,2	188
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		260	9,5	11,3	35,3	266,611	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1460	46,565	55,91	232,529	1483,881	

6 день							
завтрак	Суп геркулесовый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200	12	3,1	14	53,06	113
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Борщ со сметаной	200	1,8	4,4	10,2	80	12
	Яйцо запеченное	40	3,9	5,25	0,7	65,5	92
	Гречневый гарнир	70	2,17	1,89	11,2	63,7	152
	Томатный соус	50	0,05	5	16,284	118,684	364
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		730	33,68	37,15	170,894	1025,664	
полдник	Булочка сдобная	50	3,9	4,3	26,3	142,611	186
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		250	7,95	4,55	27,13	197,3	
ИТОГО ЗА С И		1430	45,55	51,92	253,284	1537,904	
7 день							
завтрак	Суп гречневый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	8,18	13,34	55,2	378	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп крестьянский со сметаной	200	1,8	44	13,8	98	2
	Макароны с мясом	140	20,53	16,33	21,1	312,97	282
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		760	34,198	31,245	177,226	941,71	
пдник	Сырники творожные	90	15,453	12,123	11,754	224,919	85
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Кисель	200			19,6	80	122
ИТОГО		330	18,293	12,563	49,914	396,519	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1540	49,118	50,275	260,786	1716,22	
8 день							
завтрак	Суп рисовый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп фасолевый со сметаной	200	3,8	4	144	98	26
	Курица	70	16,52	15,68	0,21	207,9	158
	Пшениный гарнир	70	2,849	2,66	14,651	95,2	126
	Сметанный соус	50	2,2	3,06	0,54	47,23	732
	Компот из сухофруктов	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич

	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		760	41,899	36,33	147,561	979,07	
<i>полдник</i>	Каша манная молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1650	56,359	53,13	236,801	1551,55	
9 день							
<i>завтрак</i>	Суп вермишелевый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
<i>2-й зав-к</i>	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
<i>обед</i>	Суп рисовый со сметаной	200	1,76	2,32	13,2	81,2	80
	Котлета	70	15,05	11,41	15,57	224,54	282
	Свекольная икра	130	3,055	5,98	16,029	130,13	54
	Компот из сухофруктов	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		770	38,7	28,5	155,04	934,53	
<i>полдник</i>	Каша ячневая молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1660	64,693	54,383	249,494	1663,449	
10 день							
<i>завтрак</i>	Суп пшенный молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
<i>2-й зав-к</i>	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
<i>обед</i>	Суп свекольник со сметаной	200	1,8	4,4	13,8	92	31
	Соус из мяса	180	12,27	11,29	15,38	206,18	41
	Компот из сухофруктов	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		750	29,41	33,37	151,29	891,67	
<i>полдник</i>	Ватрушка с творогом	60	6,28	6,54	19,86	172,38	140
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		260	11,88	13,54	28,86	296,38	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1420	48,99	60,23	224,69	1520,45	

11 день							
завтрак	Суп геркулесовый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200	12	3,1	14	53,06	113
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Борщ со сметаной	200	1,8	4,4	10,2	80	12
	Яйцо запеченное	40	3,9	5,25	0,7	65,5	92
	Гречневый гарнир	70	2,17	1,89	11,2	63,7	152
	Томатный соус	50	0,05	5	16,284	118,684	364
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		730	33,68	37,15	170,894	1025,664	
полдник	Булочка сдобная	50	3,9	4,3	26,3	142,611	186
	Чай	200			9,1	35	183
		250	7,95	4,55	27,13	197,3	
ИТОГО ЗА С. И		1430	45,55	51,92	253,284	1537,904	
12 день							
завтрак	Суп вермишелевый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп рассольник со сметаной	200	1,76	2,32	13,2	81,2	80
	Гуляш	50	11,1	12,45	27,6	261	39
	Рисовый гарнир	70	2,17	1,89	11,2	63,7	152
	Томатный соус	50	2,05	5	16,284	118,684	364
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		740	31,43	27,38	159,76	893,62	
полдник	Каша пшеничная молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1630	44,32	48,2	212,3	1363,24	
13 день							
завтрак	Суп пшенный молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп фасолевый со сметаной	200	3,8	4	144	98	26
	Пирожок с картошкой	60	11,34	5,13	32,67	221,4	454
	Сметанный соус	50	2,2	3,06	0,54	47,23	732
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126

	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		680	30,81	30,3	154,14	884,74	
<i>полдник</i>	Каша ячневая молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1570	46,65	49,16	253,84	1521,74	
14 день							
<i>завтрак</i>	Суп гречневый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
<i>2-й зав-к</i>	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
<i>обед</i>	Борщ со сметаной	200	1,8	4,4	10,2	80	12
	Рыбная котлета	70	9,59	1,4	5,6	7,3	80
	Вермишелевый гарнир	70	2,688	0,385	15,532	72,38	204
	Томатный соус	50	2,05	5	16,284	118,684	364
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		760	30,738	25,635	163,656	809,104	
<i>полдник</i>	Каша манная молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Сыр	20	4,178	4,723	0,4	75	
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		460	13,518	11,163	59,26	407,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1670	51,956	50,118	267,456	1549,104	
15 день							
<i>завтрак</i>	Суп рисовый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
<i>2-й зав-к</i>	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
<i>обед</i>	Суп "Багратион" со сметаной	200	1,8	4,4	11,8	88	25
	Соус из курицы	180	16,26	13,97	133,56	233,67	102
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		750	29,405	33,37	151,289	891,67	
<i>полдник</i>	Рулет с какао	60	4,5	5,6	28,3	157,2	188
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		460	13,518	11,163	59,26	407,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1660	50,62	57,853	255,089	1631,67	

16 день							
завтрак	Суп геркулесовый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200	12	3,1	14	53,06	113
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Борщ со сметаной	200	1,8	4,4	10,2	80	12
	Яйцо запеченное	40	3,9	5,25	0,7	65,5	92
	Гречневый гарнир	70	2,17	1,89	11,2	63,7	152
	Томатный соус	50	0,05	5	16,284	118,684	364
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		730	33,68	37,15	170,894	1025,664	
полдник	Булочка сдобная	50	3,9	4,3	26,3	142,611	186
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		250	7,95	4,55	27,13	197,3	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1430	45,55	51,92	253,284	1537,904	
17 день							
завтрак	Суп вермишелевый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп крестьянский со сметаной	200	1,8	44	13,8	98	2
	Тефтели	70	9,94	8,54	7,42	142,8	55
	Гороховое пюре	50	7	2	23	70	
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		690	34,74	30,34	152,72	924,65	
полдник	Каша ячневая молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1580	49,18	49,35	225,62	1449,15	
18 день							
завтрак	Суп гречневый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
2-й зав-к	Конфеты (яблоко,бананы)						
ИТОГО							
обед	Суп лапша со сметаной	200	1,8	2,8	12	78	13
	Курица	70	16,52	15,68	0,21	207,9	158
	Пшениный гарнир	70	2,849	2,66	14,651	95,2	126
	Сметанный соус	50	2,2	3,06	0,54	47,23	732
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126

	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		760	37,979	38,65	143,441	959,07	
<i>полдник</i>	Каша манная молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1650	49,18	49,35	225,02	1438,35	
19 день							
<i>завтрак</i>	Суп рисовый молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
<i>2-й зав-к</i>	Конфеты (яблоко, бананы)						
ИТОГО							
<i>обед</i>	Борщ со сметаной	200	1,8	4,4	10,2	80	12
	Картофельная зраза	130	16,17	10,51	22,34	254,68	Д.Б.Гурвич
	Сметанный соус	50	2,2	3,06	0,54	47,23	732
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		750	33,68	37,15	170,894	1025,664	
<i>полдник</i>	Каша пшеничная молочная	200	5,3	5,1	27,5	178	154
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		440	8,14	5,54	55,16	304,6	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1640	49,11	54,35	272,924	1653,564	
20 день							
<i>завтрак</i>	Суп пшеничный молочный	200	4,82	5,08	16,84	132,4	94
	Хлеб	40	2,84	0,44	18,56	91,6	Д.Б.Гурвич
	Масло	10	0,04	7,8	0,04	73,4	Д.Б.Гурвич
	Чай	200			9,1	35	183
ИТОГО		450	7,7	13,32	44,54	332,4	
<i>2-й зав-к</i>	Конфеты (яблоко, бананы)						
ИТОГО							
<i>обед</i>	Суп "Багратион" со сметаной	200	1,8	4,4	11,8	88	25
	Плов из мяса	140	10,36	11,62	25,76	243,6	39
	Компот из яблок	200	1,04		26,96	107,44	126
	Хлеб	70	4,97	13,65	32,48	160,3	Д.Б.Гурвич
	Гренки	100	8,6	0,8	56,6	263	28
ИТОГО		750	29,365	31,29	152,689	884,87	
<i>полдник</i>	Рулет с маслом с сахаром	60	4,5	5,6	28,3	157,2	188
	Какао с молоком	200	3,9	3,5	22,9	135	181
ИТОГО		260	9,5	11,3	35,3	266,611	
ИТОГО ЗА СУТКИ		1460	46,565	55,91	232,529	1483,881	