



"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ «Усть-качкинская средняя школа»

// Байдина Т.Г.

М.П.

"УТВЕРЖДАЮ"

Индивидуальный предприниматель

// Штебе Ж.В.

М.П.



ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ

Период: ВЕСНА-ЛЕТО 2026 год

Дети до 3х лет

Подразделение: МАОУ «Усть-качкинская средняя школа» детский сад «Огонек»

На основе «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в специальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений.

(сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина, изд-е 3-е доп. и испр.- Пермь, 2018)

На основе «Единый сборник технологических нормативов, рецептур блюд и кулинарных изделий для детских садов, школ, школ-интернатов, учреждений профессионального образования, специализированных учреждений для несовершеннолетних, нуждающихся в специальной реабилитации, лечебно-профилактических учреждений.

(сост. А.Я. Перевалов, Н.В. Тапешкина, изд-е 3-е доп. и испр.- Пермь, 2012)

"СОГЛАСОВАНО"

Директор МАОУ "Усть-качкинская средняя школа"
детский сад "Огонек" ЯСЛИ
_____/Байдина Т.Г./
м.п.

"УТВЕРЖДАЮ"

ИП Штебе Ж.В.

м.п.

День 1		МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа" детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
282/2012	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	5,90	6,14	27,70	193,67	0,16	0,14	1,09	31,60	109,90	146,61	36,66	0,91
514/2012	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	180	2,61	2,26	17,30	104,16	0,04	0,14	1,17	18,00	108,39	81,00	12,60	0,13
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
114/2012	СЫР 15	15	3,84	3,92	0,00	50,60	0,01	0,05	0,11	34,50	135,00	88,50	7,50	0,14
Итого:		365	14,01	12,60	55,48	399,43	0,23	0,34	2,37	84,10	357,09	329,11	59,36	1,42
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532/2012	СОК ПОРЦ. 160	160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
Итого:		160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
ОБЕД														
58/2012	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50	50	0,80	5,05	1,63	55,11	0,01	0,01	12,65	0,00	20,99	15,56	7,18	0,28
168/2012	УХА РЫБАЦКАЯ 150	150	4,01	1,62	9,05	69,53	0,09	0,06	11,18	7,80	15,42	78,06	22,86	0,68
408/2012	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ 50	50	8,59	6,92	3,09	109,02	0,14	1,03	15,34	3819,93	17,17	152,67	9,44	3,27
432/2012	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	110	4,77	5,18	30,43	187,42	0,07	0,02	0,00	22,40	12,48	39,78	7,07	0,72
524/2012	КОМПОТ С ЯБЛОКАМИ 180	180	0,07	0,07	10,75	45,29	0,01	0,00	1,80	0,00	3,15	1,98	1,62	0,42
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		580	22,42	19,64	72,47	560,37	0,34	1,13	40,97	3850,13	73,21	301,05	50,97	5,59
ПОЛДНИК														
529/2012	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 150	150	4,35	3,75	7,20	87,00	0,06	0,23	1,95	30,00	180,00	135,00	21,00	0,15
580/2012	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 50	50	4,96	1,03	28,96	145,95	0,08	0,05	0,26	4,00	33,18	54,78	9,57	0,53
Итого:		200	9,31	4,78	36,16	232,95	0,14	0,28	2,21	34,00	213,18	189,78	30,57	0,68
УЖИН														
210/2012	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 180	180	3,81	12,81	20,87	218,52	0,15	0,13	36,44	45,90	61,95	103,37	40,97	1,38
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	0,00	0,00	13,53	54,14	0,00	0,00	0,09	0,00	9,23	7,43	3,96	0,78
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		400	7,99	13,61	51,92	366,66	0,17	0,14	36,53	45,90	75,18	123,80	47,73	2,38
Всего за день:		1705	53,73	50,63	234,43	1633,01	0,90	1,91	85,28	4014,13	729,86	954,94	195,03	12,31

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 4,4

День 2			МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа" детский сад "Огонек" ЯСЛИ											
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
281/2012	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ 150	150	5,42	5,46	22,23	163,91	0,14	0,16	1,15	26,50	118,85	156,08	42,19	0,94
507/2012	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ) 180	180	1,31	1,13	12,20	66,26	0,02	0,07	0,68	9,00	63,12	47,93	10,26	0,81
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
529/2012	ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ 5	5	0,02	0,00	3,25	13,50	0,00	0,00	0,03	0,00	0,70	0,45	0,35	0,07
Итого:		355	8,41	6,87	48,16	294,67	0,18	0,24	1,86	35,50	186,47	217,46	55,40	2,06
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126/2012	ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	52,00	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого:		100	0,40	0,40	9,80	52,00	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
ОБЕД														
69/2012	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЧЕСНОКОМ	40	0,55	4,03	3,23	51,42	0,01	0,02	3,62	0,00	13,68	15,76	7,98	0,51
156/2012	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ 150	150	5,57	6,19	5,61	101,22	0,06	0,07	19,01	18,12	33,29	69,94	18,39	0,80
416/2012	ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ 160	160	24,16	27,30	24,20	439,16	0,27	0,20	3,27	41,44	38,49	296,98	71,83	2,81
526/2012	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	180	0,40	0,02	23,59	103,20	0,00	0,01	0,36	0,00	20,37	13,86	5,40	1,12
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		570	34,86	38,34	74,15	789,00	0,36	0,31	26,26	59,56	109,83	409,54	106,40	5,46
ПОЛДНИК														
530/2012	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	78,00	0,06	0,26	1,05	30,00	180,00	135,00	21,00	0,15
564/2012	ШАНЕЖКА НАЛИВНАЯ	50	4,05	4,02	24,99	152,31	0,06	0,04	0,03	28,00	17,30	41,76	6,66	0,50
Итого:		200	8,40	7,77	30,99	230,31	0,12	0,30	1,08	58,00	197,30	176,76	27,66	0,65
УЖИН														
323/2012	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 130	130	11,36	4,52	38,21	256,28	0,05	0,14	0,09	41,16	55,12	132,30	26,99	0,67
484	соус из концентрата плодово-ягодного 50	50	0,01	0,01	2,18	8,80	0,00	0,00	0,08	0,00	0,33	0,15	0,10	0,02
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	0,00	0,00	13,53	54,14	0,00	0,00	0,09	0,00	9,23	7,43	3,96	0,78
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		400	15,55	5,33	71,44	413,22	0,07	0,15	0,26	41,16	68,68	152,88	33,85	1,69
Всего за день:		1625	67,62	58,71	234,54	1779,20	0,76	1,02	39,46	194,22	578,28	967,64	232,31	12,06

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 3,5

День 3			МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа" детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	P	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
279/2012	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	5,49	5,29	27,90	184,70	0,12	0,15	0,98	29,80	103,00	146,91	28,50	1,41	
514/2012	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	180	2,61	2,26	17,30	104,16	0,04	0,14	1,17	18,00	108,39	81,00	12,60	0,13	
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24	
310/2012	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 5	5	0,03	4,13	0,04	37,39	0,00	0,01	0,00	20,00	1,20	1,50	0,00	0,01	
Итого:		355	9,79	11,96	55,72	377,25	0,18	0,31	2,15	67,80	216,39	242,41	43,70	1,79	
2-ОЙ ЗАВТРАК															
532/2012	СОК ПОРЦ. 160	160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24	
Итого:		160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24	
ОБЕД															
161/2012	СУП КАРТОФ.С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 150	150	4,72	4,83	6,17	87,27	0,04	0,04	2,79	7,98	12,66	49,61	9,98	0,54	
422/2012	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" 50	50	8,00	9,77	6,99	148,36	0,03	0,05	0,50	9,40	24,39	45,82	6,59	0,41	
435/2012	КАПУСТА ТУШЕНАЯ 120	120	2,85	4,29	10,82	93,26	0,05	0,07	62,79	20,00	72,79	52,66	25,86	1,02	
523/2012	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 180	180	0,23	0,19	22,55	96,25	0,02	0,01	6,90	0,00	10,14	6,27	4,77	1,08	
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22	
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:		540	19,98	19,88	64,05	519,14	0,16	0,18	72,98	37,38	123,98	167,36	50,00	3,27	
ПОЛДНИК															
517/2012	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 180	180	0,02	0,02	13,96	56,11	0,00	0,00	0,32	0,00	1,53	0,63	0,42	0,09	
602/2012	ВАФЛИ 50	50	1,40	1,65	38,65	175,05	0,02	0,02	0,00	1,00	8,00	28,00	5,00	0,75	
Итого:		230	1,42	1,67	52,61	231,16	0,02	0,02	0,32	1,00	9,53	28,63	5,42	0,84	
УЖИН															
58/2012	САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ 50	50	0,80	5,05	1,63	55,11	0,01	0,01	12,65	0,00	20,99	15,56	7,18	0,28	
311/2012	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ 150	150	13,40	21,91	3,48	267,32	0,09	0,50	0,74	289,40	121,88	231,54	19,02	2,38	
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	0,00	0,00	13,53	54,14	0,00	0,00	0,09	0,00	9,23	7,43	3,96	0,78	
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22	
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:		420	18,38	27,76	36,16	470,57	0,12	0,52	13,48	289,40	156,10	267,53	32,96	3,66	
Всего за день:		1705	49,57	61,27	226,94	1671,72	0,50	1,05	92,13	395,58	517,20	717,13	138,48	11,80	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,2 : 4,6

День 4			МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа"детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг				
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe	
ЗАВТРАК															
277/2012	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	4,70	5,27	23,85	165,38	0,07	0,13	1,03	30,70	101,02	92,30	15,29	0,33	
508/2012	КАКАО С МОЛОКОМ 180	180	2,19	1,83	16,29	94,33	0,03	0,10	0,87	13,40	82,07	66,85	13,63	0,33	
529/2012	ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ 5	5	0,02	0,00	3,25	13,50	0,00	0,00	0,03	0,00	0,70	0,45	0,35	0,07	
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24	
Итого:		355	8,57	7,38	53,87	324,21	0,12	0,24	1,93	44,10	187,59	172,60	31,87	0,97	
2-ОЙ ЗАВТРАК															
126/2012	ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	52,00	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
Итого:		100	0,40	0,40	9,80	52,00	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20	
ОБЕД															
169/2012	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 150	150	1,61	4,07	8,59	78,17	0,05	0,04	12,09	9,00	23,24	41,16	13,74	0,63	
346/2012	СУФЛЕ РЫБНОЕ 50	50	9,88	6,47	4,52	117,85	0,08	0,16	0,78	56,61	75,38	167,16	32,29	0,67	
441/2012	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 110	110	2,35	4,82	15,89	121,98	0,12	0,10	18,70	22,90	33,53	70,59	23,76	0,88	
533/2012	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	180	0,61	0,25	22,17	93,38	0,01	0,05	180,00	0,00	11,21	3,06	3,06	0,58	
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22	
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:		530	18,63	16,41	68,69	505,38	0,28	0,36	####	88,51	147,36	294,97	75,65	2,98	
ПОЛДНИК															
531/2012	ЙОГУРТ	150	6,00	2,25	21,45	130,05	0,05	0,23	0,90	15,00	186,00	142,50	22,50	0,15	
576/2012	БУЛОЧКА "РОЗОВАЯ" 50	50	4,19	1,16	27,24	136,14	0,07	0,03	0,35	4,55	10,53	38,34	7,25	0,55	
Итого:		200	10,19	3,41	48,69	266,19	0,12	0,26	1,25	19,55	196,53	180,84	29,75	0,70	
УЖИН															
324/2012	ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ СОУСОМ 130	130	14,88	7,50	24,45	250,50	0,10	0,25	4,44	53,02	115,24	176,62	48,81	1,03	
484	СОУС ИЗ КОНЦНТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО 50	50	0,01	0,01	2,18	8,80	0,00	0,00	0,08	0,00	0,33	0,15	0,10	0,02	
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	0,00	0,00	13,53	54,14	0,00	0,00	0,09	0,00	9,23	7,43	3,96	0,78	
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22	
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	
Итого:		400	19,07	8,31	57,68	407,44	0,12	0,26	4,61	53,02	128,80	197,20	55,67	2,05	
Всего за день:		1585	56,86	35,91	238,73	1555,22	0,67	1,14	229,36	205,18	676,28	856,61	201,94	8,90	

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,6 : 4,2

День 5		МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа"детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
275/2012	КАША "ДРУЖБА" 180	180	4,79	10,18	25,54	217,28	0,09	0,16	1.19	54,36	116,21	128,64	27,82	0,53
514/2012	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	180	2,61	2,26	17,30	104,16	0,04	0,14	1.17	18,00	108,39	81,00	12,60	0,13
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0.00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
114/2012	СЫР 15	15	3,84	3,92	0,00	50,60	0,01	0,05	0.11	34,50	135,00	88,50	7,50	0,14
Итого:		395	12,90	16,64	53,32	423,04	0,16	0,36	2,47	106,86	363,40	311,14	50,52	1,04
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532/2012	СОК ПОРЦ. 160	160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3.20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
Итого:		160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
ОБЕД														
148/2012	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ 150	150	5,10	4,40	10,71	105,15	0,08	0,07	10.38	9,00	18,63	76,81	21,01	1,08
382/2012	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ(СВ.)50	50	3,94	6,48	3,25	87,03	0,01	0,01	13.85	0,00	16,02	14,60	6,36	0,23
252/2012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	110	6,40	5,71	28,93	192,74	0,22	0,11	3.64	19,60	11,30	152,26	101,20	3,40
526/2012	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	180	0,40	0,02	23,59	103,20	0,00	0,01	0.36	0,00	20,37	13,86	5,40	1,12
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0.00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0.00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		530	20,02	17,41	84,00	582,12	0,33	0,21	28,23	28,60	70,32	270,53	136,77	6,05
ПОЛДНИК														
507/2012	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ) 180	180	1,31	1,13	12,20	66,26	0,02	0,07	0.68	9,00	63,12	47,93	10,26	0,81
604/2012	ПЕЧЕНЬЕ 20	20	1,70	2,26	13,94	82,90	0,02	0,01	0.00	13,00	8,20	17,40	3,00	0,20
Итого:		200	3,01	3,39	26,14	149,16	0,04	0,08	0,68	22,00	71,32	65,33	13,26	1,01
УЖИН														
128/2012	ИКРА КАБАЧКОВАЯ (ПРОМ-ПР) 40	40	0,48	1,88	3,08	31,16	0,01	0,01	3.84	0,00	12,80	12,00	5,20	0,32
309/2012	МАКАРОННИК 130	130	7,33	5,17	36,55	224,49	0,10	0,14	0.68	46,80	78,15	101,85	14,88	0,97
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7	180	0,06	0,01	13,74	55,29	0,00	0,00	2.89	0,00	12,03	8,97	4,80	0,82
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0.00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0.00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		390	12,05	7,86	70,89	404,94	0,13	0,16	7,41	46,80	106,98	135,82	27,68	2,33
Всего за день:		1675	47,98	45,30	252,75	1632,86	0,68	0,83	41,99	204,26	623,22	794,02	234,63	12,67

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 5,3

День 6		МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа"детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
№ рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
270/2012	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ 150	150	5,76	8,68	25,80	208,26	0,12	0,16	1,07	46,50	132,96	191,84	28,53	0,74
507/2012	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ) 180	180	1,31	1,13	12,20	66,26	0,02	0,07	0,68	9,00	63,12	47,93	10,26	0,81
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
310/2012	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ 5	5	0,03	4,13	0,04	37,39	0,00	0,01	0,00	20,00	1,20	1,50	0,00	0,01
Итого:		355	8,76	14,22	48,52	362,91	0,16	0,25	1,75	75,50	201,08	254,27	41,39	1,80
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532/2012	СОК ПОРЦ. 160	160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
Итого:		160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
ОБЕД														
171/2012	СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ 150	150	7,00	7,69	11,47	143,10	0,06	0,07	1,79	17,76	14,27	67,77	11,47	0,70
391/2012	БИГУС(СВ.) 160	160	14,24	18,09	8,17	252,42	0,06	0,07	58,27	0,00	81,19	54,63	28,77	1,14
526/2012	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	180	0,40	0,02	23,59	103,20	0,00	0,01	0,36	0,00	20,37	13,86	5,40	1,12
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		530	25,82	26,60	60,75	592,72	0,14	0,16	60,42	17,76	119,83	149,26	48,44	3,18
ПОЛДНИК														
517/2012	КИСЕЛЬ ИЗ КОНЦЕНТРАТА 180	180	0,02	0,02	13,96	56,11	0,00	0,00	0,32	0,00	1,53	0,63	0,42	0,09
602/2012	ВАФЛИ 20	20	0,56	0,66	15,46	70,02	0,01	0,01	0,00	0,40	3,20	11,20	2,00	0,30
Итого:		200	0,58	0,68	29,42	126,13	0,01	0,01	0,32	0,40	4,73	11,83	2,42	0,39
УЖИН														
79/2012	САЛАТ КАРТОФ.С ОГУРЦАМИ СОЛЕННЫМИ 50	50	0,74	2,63	5,53	50,40	0,04	0,03	6,78	0,00	6,14	22,66	10,20	0,36
311/2012	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,66	18,70	3,04	229,45	0,08	0,44	0,65	250,00	106,40	201,60	16,60	2,07
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	0,00	0,00	13,53	54,14	0,00	0,00	0,09	0,00	9,23	7,43	3,96	0,78
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		400	16,58	22,13	39,62	427,99	0,14	0,48	7,52	250,00	125,77	244,69	33,56	3,43
Всего за день:		1645	51,74	63,63	196,71	1583,35	0,47	0,92	73,21	343,66	462,61	671,25	132,21	11,04

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 1,2 : 3,8

День 7		МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа"детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
282/2012	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	5,90	6,14	27,70	193,67	0,16	0,14	1,09	31,60	109,90	146,61	36,66	0,91
508/2012	КАКАО С МОЛОКОМ 180	180	2,19	1,83	16,29	94,33	0,03	0,10	0,87	13,40	82,07	66,85	13,63	0,33
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
529/2012	ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ 5	5	0,02	0,00	3,25	13,50	0,00	0,00	0,03	0,00	0,70	0,45	0,35	0,07
Итого:		355	9,77	8,25	57,72	352,50	0,21	0,25	1,99	45,00	196,47	226,91	53,24	1,55
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126/2012	ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	52,00	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого:		100	0,40	0,40	9,80	52,00	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
ОБЕД														
60/2012	САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ ОТВАРНОЙ 40	40	0,58	2,04	3,41	34,32	0,01	0,02	3,88	0,00	14,36	16,72	8,54	0,54
146/2012	РАССОЛЬНИК ДОМАШНИЙ 150	150	1,52	2,62	9,27	69,10	0,07	0,05	15,89	9,00	21,34	43,09	17,30	0,64
415/2012	КУРИЦА В СОУСЕ С ТОМАТОМ	120	35,23	37,85	3,68	496,30	0,19	0,31	6,58	117,10	42,22	314,23	41,86	2,68
252/2012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	110	6,40	5,71	28,93	192,74	0,22	0,11	3,64	19,60	11,30	152,26	101,20	3,40
533/2012	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	180	0,61	0,25	22,17	93,38	0,01	0,05	180,00	0,00	11,21	3,06	3,06	0,58
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		640	48,52	49,27	84,98	979,84	0,52	0,55	#####	145,70	104,43	542,36	174,76	8,06
ПОЛДНИК														
530/2012	КЕФИР	150	4,35	3,75	6,00	78,00	0,06	0,26	1,05	30,00	180,00	135,00	21,00	0,15
572/2012	БУЛОЧКА "АЛТАЙСКАЯ" 50	50	5,29	0,73	32,90	159,34	0,09	0,03	0,19	2,25	11,57	46,99	9,45	0,64
Итого:		200	9,64	4,48	38,90	237,34	0,15	0,29	1,24	32,25	191,57	181,99	30,45	0,79
УЖИН														
323/2012	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ 130	130	11,36	4,52	38,21	256,28	0,05	0,14	0,09	41,16	55,12	132,30	26,99	0,67
484	СОУС ИЗ КОНЦТРАТА ПЛОДОВО-ЯГОДНОГО 50	50	0,01	0,01	2,18	8,80	0,00	0,00	0,08	0,00	0,33	0,15	0,10	0,02
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7	180	0,06	0,01	13,74	55,29	0,00	0,00	2,89	0,00	12,03	8,97	4,80	0,82
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		400	15,61	5,34	71,65	414,37	0,07	0,15	3,06	41,16	71,48	154,42	34,69	1,73
Всего за день:		1695	83,94	67,74	263,05	2036,05	0,98	1,26	226,28	264,11	579,95	1116,68	302,14	14,33

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 3,1

День 8		МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа"детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
281/2012	КАША ОВСЯНАЯ ИЗ "ГЕРКУЛЕСА" ЖИДКАЯ 150	150	5,42	5,46	22,23	163,91	0,14	0,16	1,15	26,50	118,85	156,08	42,19	0,94
514/2012	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	180	2,61	2,26	17,30	104,16	0,04	0,14	1,17	18,00	108,39	81,00	12,60	0,13
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
114/2012	СЫР 15	15	3,84	3,92	0,00	50,60	0,01	0,05	0,11	34,50	135,00	88,50	7,50	0,14
Итого:		365	13,53	11,92	50,01	369,67	0,21	0,36	2,43	79,00	366,04	338,58	64,89	1,45
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532/2012	СОК ПОРЦ. 160	160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
Итого:		160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
ОБЕД														
121/2012	ОГУРЧИК СОЛЕНЫЙ 40	40	0,32	0,04	0,68	4,36	0,01	0,01	2,00	0,00	9,20	9,60	5,60	0,24
142/2012	БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 150	150	3,18	3,45	7,79	75,54	0,04	0,05	12,18	9,00	29,47	52,85	17,63	0,97
379/2012	ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ(СВ.)160	160	12,24	18,66	16,31	286,88	0,12	0,08	20,43	22,40	17,57	63,63	23,93	1,00
523/2012	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК С ЛИМОНОМ 180	180	0,23	0,19	22,55	96,25	0,02	0,01	6,90	0,00	10,14	6,27	4,77	1,08
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
Итого:		570	20,15	23,14	64,85	557,03	0,21	0,16	41,51	31,40	70,38	145,35	54,73	3,51
ПОЛДНИК														
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7	180	0,06	0,01	13,74	55,29	0,00	0,00	2,89	0,00	12,03	8,97	4,80	0,82
580/2012	БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ 50	50	4,96	1,03	28,96	145,95	0,08	0,05	0,26	4,00	33,18	54,78	9,57	0,53
Итого:		230	5,02	1,04	42,70	201,24	0,08	0,05	3,15	4,00	45,21	63,75	14,37	1,35
УЖИН														
180/2012	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ 180	180	5,24	4,08	17,60	134,03	0,08	0,20	1,64	28,80	154,19	126,20	19,94	0,36
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	0,00	0,00	13,53	54,14	0,00	0,00	0,09	0,00	9,23	7,43	3,96	0,78
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		400	9,42	4,88	48,65	282,17	0,10	0,21	1,73	28,80	167,42	146,63	26,70	1,36
Всего за день:		1725	48,12	40,98	224,61	1483,71	0,62	0,80	52,02	143,20	660,25	705,51	167,09	9,91

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 4,7

День 9		МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа"детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Ca	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
277/2012	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	4,70	5,27	23,85	165,38	0,07	0,13	1,03	30,70	101,02	92,30	15,29	0,33
507/2012	ЧАЙ С МОЛОКОМ (1-Й ВАРИАНТ) 180	180	1,31	1,13	12,20	66,26	0,02	0,07	0,68	9,00	63,12	47,93	10,26	0,81
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,46	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
529/2012	ПОВИДЛО ФРУКТОВОЕ 5	5	0,02	0,00	3,25	13,50	0,00	0,00	0,03	0,00	0,70	0,45	0,35	0,07
Итого:		355	7,69	6,68	49,78	296,14	0,11	0,21	1,74	39,70	168,64	153,68	28,50	1,45
2-ОЙ ЗАВТРАК														
126/2012	ЯБЛОКИ	100	0,40	0,40	9,80	52,00	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
Итого:		100	0,40	0,40	9,80	52,00	0,03	0,02	10,00	0,00	16,00	11,00	9,00	2,20
ОБЕД														
158/2012	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ 150	150	3,40	2,89	13,12	94,00	0,15	0,05	8,52	12,00	23,59	69,91	24,84	1,27
418/2012	СУФЛЕ ИЗ КУР С СОУСОМ 70/30	100	23,80	24,79	6,77	347,01	0,13	0,29	3,45	106,36	78,62	241,33	29,70	1,99
432/2012	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ 110	110	4,77	5,18	30,43	187,42	0,07	0,02	0,00	22,40	12,48	39,78	7,07	0,72
526/2012	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 180	180	0,40	0,02	23,59	103,20	0,00	0,01	0,36	0,00	20,37	13,86	5,40	1,12
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		580	36,55	33,68	91,43	825,63	0,37	0,38	12,33	140,76	139,06	377,88	69,81	5,32
ПОЛДНИК														
531/2012	ЙОГУРТ	150	6,00	2,25	21,45	130,05	0,05	0,23	0,90	15,00	186,00	142,50	22,50	0,15
604/2012	ПЕЧЕНЬЕ 50	50	4,25	5,65	34,85	207,25	0,06	0,03	0,00	32,50	20,50	43,50	7,50	0,50
Итого:		200	10,25	7,90	56,30	337,30	0,11	0,26	0,90	47,50	206,50	186,00	30,00	0,65
УЖИН														
281/2018	ЗАПЕКАНКА ПШЕННАЯ С ТВОРОГОМ 130/50	130	14,12	8,79	42,41	323,46	0,21	0,19	0,55	46,44	101,43	204,26	48,10	1,48
484	соус из концентрата плодово-ягодного 50	50	0,01	0,01	2,16	8,80	0,00	0,00	0,08	0,00	0,33	0,15	0,10	0,02
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	0,00	0,00	13,53	54,14	0,00	0,00	0,09	0,00	9,23	7,43	3,96	0,78
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		400	18,31	9,60	75,64	480,40	0,23	0,20	0,72	46,44	114,99	224,84	54,96	2,50
Всего за день:		1635	73,20	58,26	282,95	1991,47	0,85	1,07	25,69	274,40	645,19	953,40	192,27	12,12

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,8 : 3,9

День 10		МАОУ "Усть-Качкинская средняя школа" детский сад "Огонек" ЯСЛИ												
N рец.	Наименование блюда	Выход	Пищевые вещества, г			Калории, ккал	Витамины				Минеральные вещества, мг			
			Белки	Жиры	Углев.		В1, мг	В2, мг	С, мг	А, мкг	Са	Р	Mg	Fe
ЗАВТРАК														
279/2012	КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ 150	150	5,49	5,29	27,90	184,70	0,12	0,15	0,98	29,80	103,00	146,91	28,50	1,41
508/2012	КАКАО С МОЛОКОМ 180	180	2,19	1,83	16,29	94,33	0,03	0,10	0,87	13,40	82,07	66,85	13,63	0,33
125/2012	БАТОН НАРЕЗНОЙ	20	1,66	0,28	10,48	51,00	0,02	0,01	0,00	0,00	3,80	13,00	2,60	0,24
114/2012	СЫР 15	15	3,84	3,92	0,00	50,60	0,01	0,05	0,11	34,50	135,00	88,50	7,50	0,14
Итого:		365	13,18	11,32	54,67	380,63	0,18	0,31	1,96	77,70	323,87	315,26	52,23	2,12
2-ОЙ ЗАВТРАК														
532/2012	СОК ПОРЦ. 160	160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
Итого:		160	0,00	0,00	18,40	73,60	0,02	0,02	3,20	0,00	11,20	11,20	6,40	2,24
ОБЕД														
169/2012	СУП КРЕСТЬЯНСКИЙ С КРУПОЙ 150	150	1,61	4,07	8,59	78,17	0,05	0,04	12,09	9,00	23,24	41,16	13,74	0,63
422/2012	КОТЛЕТЫ "ШКОЛЬНЫЕ" 50	50	8,00	9,77	6,99	148,36	0,03	0,05	0,50	9,40	24,39	45,82	6,59	0,41
252/2012	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	110	6,40	5,71	28,93	192,74	0,22	0,11	3,64	19,60	11,30	152,26	101,20	3,40
533/2012	НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА 180	180	0,61	0,25	22,17	93,38	0,01	0,05	180,00	0,00	11,21	3,06	3,06	0,58
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		530	20,80	20,60	84,20	606,65	0,33	0,26	####	38,00	74,14	255,30	127,39	5,24
ПОЛДНИК														
505/2012	ЧАЙ С САХАРОМ 180	180	0,00	0,00	13,53	54,14	0,00	0,00	0,09	0,00	9,23	7,43	3,96	0,78
602/2012	ВАФЛИ 20	20	0,56	0,66	15,46	70,02	0,01	0,01	0,00	0,40	3,20	11,20	2,00	0,30
Итого:		200	0,56	0,66	28,99	124,16	0,01	0,01	0,09	0,40	12,43	18,63	5,96	1,08
УЖИН														
360/2012	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ 50	50	6,54	4,24	6,72	91,25	0,06	0,05	1,09	10,21	27,03	97,19	21,32	0,58
441/2012	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ 130	130	2,79	5,06	18,77	138,36	0,14	0,11	22,06	24,00	39,78	83,47	28,09	1,04
506/2012	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180/7	180	0,06	0,01	13,74	55,29	0,00	0,00	2,89	0,00	12,03	8,97	4,80	0,82
123/2012	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	20	1,58	0,20	9,52	46,20	0,02	0,01	0,00	0,00	4,00	13,00	2,80	0,22
123/2012	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	20	2,60	0,60	8,00	47,80	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00	0,00
Итого:		400	13,57	10,11	56,75	378,90	0,22	0,17	26,04	34,21	82,84	202,63	57,01	2,66
Всего за день:														
		1655	48,11	42,69	243,01	1563,94	0,76	0,77	227,52	150,31	504,48	803,02	248,99	13,34

Соотношение Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 5,1

Соотношение за период Б : Ж : У = 1 : 0,9 : 4,1