

УТВЕРЖДАЮ:

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА

на

СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



(первая неделя понедельник)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Суп молочный с крупой рисовой	165		90	2,89	3,38	11,96	75
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30		71	1,65	0,30	14,49	114
Какао с молоком(2вар)	150		74	2,70	2,47	10,27	289
Итого за Без диеты	350	22,07	267	7,28	9,78	36,79	
Итого за Завтрак	350	22,07	267	7,28	9,78	36,79	
Второй завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	100		44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	15,73	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	15,73	44	0,40	0,40	9,80	
Обед							
Без диеты							
Свекольник	150		71	1,35	3,08	8,93	67
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Каша гречневая с куриным филе	180		233	17,18	15,55	53,18	224
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	150		92	0,75	0,04	23,25	276
Итого за Без диеты	520	44,64	502	20,98	19,10	101,84	
Итого за Обед	520	44,64	502	20,98	19,10	101,84	
Полдник							
Без диеты							
Сыр (порциями)	10		36	2,32	2,95		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Макаронные изделия отварные	130		178	3,41	3,53	31,57	6,43
Чай с молоком и сахаром	170		54	1,21	1,22	9,55	267
Омлет натуральный	70		106	5,41	7,94	1,32	218,08
Итого за Без диеты	400	38,56	421	13,45	15,84	52,10	
Итого за Полдник	400	38,56	421	13,45	15,84	52,10	
Итого		121	1 234	42,11	45,13	200,53	

//

//



УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



(первая неделя вторник)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Каша манная молочная жидкая с сахаром	150		177	3,29	5,22	22,64	6,8
Чай с молоком и сахаром	160		51	1,14	1,14	8,99	267
Бутерброды с повидлом	40		76	0,85	2,72	12,05	4
Итого за Без диеты	350	23,27	304	5,28	9,08	43,68	
Итого за Завтрак	350	23,27	304	5,28	9,08	43,68	
Второй завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	100		44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	15,2	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	15,2	44	0,40	0,40	9,80	
Обед							
Без диеты							
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Картофельное пюре	120		120	2,67	4,51	17,25	7,6
Гуляш(2вариант)	70		159	11,42	11,53	7,83	
Суп-лапша домашняя	150		64	1,53	3,06	9,88	86
Напиток яблочный(2вар)	150		50			13,20	282
Итого за Без диеты	530	47,88	498	17,32	19,53	64,64	
Итого за Обед	530	47,88	498	17,32	19,53	64,64	
Полдник							
Без диеты							
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Чай с сахаром(2вар)	180		32	0,09	0,02	8,91	266
ватрушка французская	50		172	3,66	7,07	22,07	253
Каша молочная жидкая "Геркулес"	150		180	5,65	7,01	23,67	184
Итого за Без диеты	400	34,65	430	10,50	14,30	64,30	
Итого за Полдник	400	34,65	430	10,50	14,30	64,30	
Итого		121	1 276	33,50	43,31	182,43	

//

//



ТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



на

(первая неделя среда)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рсц
Завтрак							
Без диеты							
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Сыр (порциями)	10		36	2,32	2,95		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Каша пшенная молоч.жидкая с сахаром	140		169	5,09	5,99	23,97	187
Чай с сахаром(2вар)	180		32	0,09	0,02	8,91	266
Итого за Без диеты	355	29,3	317	8,64	12,79	42,61	
Итого за Завтрак	355	29,3	317	8,64	12,79	42,61	
Второй завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	100		44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	16,17	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	16,17	44	0,40	0,40	9,80	
Обед							
Без диеты							
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Макаронные изделия отварные	110		151	2,89	2,99	26,71	6,43
Суп картофельный с бобовыми	150		66	5,70	4,30	21,10	62
Биточки из мяса цыпленка-бройлера	100		163	14,50	8,40	11,50	
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	150		92	0,75	0,04	23,25	276
Итого за Без диеты	550	53,2	577	25,54	16,17	99,04	
Итого за Обед	550	53,2	577	25,54	16,17	99,04	
Полдник							
Без диеты							
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Каша ячневая молоч.вязкая с сахаром	150		185	5,45	4,77	29,32	311
Печенье	30		114	2,25	3,54	7,08	
Чай с лимоном и сахаром	200		39	0,21	0,03	9,53	288
Итого за Без диеты	400	22,33	385	9,01	8,54	55,59	
Итого за Полдник	400	22,33	385	9,01	8,54	55,59	
Итого		121	1 323	43,59	37,90	207,04	

//

//



ПТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



на

Ясли

Первая неделя четверг)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30		71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с молоком и сахаром	170		54	1,21	1,22	9,55	267
Каша геркулесовая молоч.с яблоком	145		165	4,43	5,88	22,56	183
Итого за Без диеты	350	22,89	323	7,33	11,02	46,66	
Итого за Завтрак	350	22,89	323	7,33	11,02	46,66	
Второй завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	100		44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	14,99	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	14,99	44	0,40	0,40	9,80	
Обед							
Без диеты							
Суп крестьянский с пшеном	150		101	1,16	3,32	4,76	65,4
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Кисель из концентрата с/с	150		56			15,00	303
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	160		244	9,68	10,65	16,67	160
Сметана(прокип)	10		20	0,28	2,00	0,32	
Итого за Без диеты	510	40,54	528	12,82	16,41	53,24	
Итого за Обед	510	40,54	528	12,82	16,41	53,24	
Полдник							
Без диеты							
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Чай с сахаром(2вар)	150		26	0,08	0,02	7,43	266
Салат из белокочанной капусты	30		27	0,83	1,58	3,56	6
Плов из отварной говядины	150		277	8,55	13,34	25,00	116
Итого за Без диеты	350	42,58	377	10,55	15,13	45,64	
Итого за Полдник	350	42,58	377	10,55	15,13	45,64	
Итого		121	1 272	31,10	42,95	155,35	

//

//



ПТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



на

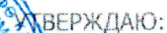
Ясли

Первая неделя четверг)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30		71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с молоком и сахаром	170		54	1,21	1,22	9,55	267
Каша геркулесовая молоч.с яблоком	145		165	4,43	5,88	22,56	183
Итого за Без диеты	350	22,89	323	7,33	11,02	46,66	
Итого за Завтрак	350	22,89	323	7,33	11,02	46,66	
Второй завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	100		44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	14,99	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	14,99	44	0,40	0,40	9,80	
Обед							
Без диеты							
Суп крестьянский с пшеном	150		101	1,16	3,32	4,76	65,4
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Кисель из концентрата с/с	150		56			15,00	303
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	160		244	9,68	10,65	16,67	160
Сметана(прокип)	10		20	0,28	2,00	0,32	
Итого за Без диеты	510	40,54	528	12,82	16,41	53,24	
Итого за Обед	510	40,54	528	12,82	16,41	53,24	
Полдник							
Без диеты							
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Чай с сахаром(2вар)	150		26	0,08	0,02	7,43	266
Салат из белокочанной капусты	30		27	0,83	1,58	3,56	6
Плов из отварной говядины	150		277	8,55	13,34	25,00	116
Итого за Без диеты	350	42,58	377	10,55	15,13	45,64	
Итого за Полдник	350	42,58	377	10,55	15,13	45,64	
Итого		121	1 272	31,10	42,95	155,35	

//

//



СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



На

Ясли (до 3-х лет)

(первая неделя пятница)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Масло (порциями)	7		46	0,06	5,07	0,09	9,4
Сыр (порциями)	7		25	1,62	2,07		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30		71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с сахаром	170		34	0,09	0,03	8,48	286
Каша молочная Артек жидкая с/с 2ВАР	130		193	4,44	4,44	23,46	
Итого за Без диеты	344	27,33	369	7,85	11,90	46,53	
Итого за Завтрак	344	27,33	369	7,85	11,90	46,53	
Второй завтрак							
Без диеты							
Йогурт детский питьевой 100гр	100		80	3,20	3,20	9,20	
Итого за Без диеты	100	23,11	80	3,20	3,20	9,20	
Итого за Второй завтрак	100	23,11	80	3,20	3,20	9,20	
Обед							
Без диеты							
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Борщ со свежей капустой и картофелем	150		109	1,34	3,27	6,69	56
Рис отварной рассыпчатый	110		147	4,09	4,57	26,89	6,17
Рыба с овощами и сыром(минтай)	70		90	7,23	4,83	4,42	3,5
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	150		92	0,75	0,04	23,25	276
Итого за Без диеты	520	45,23	543	15,11	13,15	77,73	
Итого за Обед	520	45,23	543	15,11	13,15	77,73	
Полдник							
Без диеты							
морковь с сахаром	50		48	0,58	0,04	5,25	18
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Чай с молоком и сахаром	180		58	1,28	1,29	10,12	267
Макаронные издел.отвар.с сыром(2вар)	150		223	3,73	3,95	35,32	6,43
Итого за Без диеты	400	25,33	376	6,69	5,48	60,34	
Итого за Полдник	400	25,33	376	6,69	5,48	60,34	
Итого		121	1 368	32,86	33,74	193,80	



ТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



вторая неделя (понедельник)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Каша манная молочная жидкая с сахаром	130		153	2,85	4,52	19,62	6,8
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Какао с молоком(2вар)	200		98	3,60	3,30	13,70	289
Итого за Без диеты	355	16,74	331	7,59	11,65	43,05	
Итого за Завтрак	355	16,74	331	7,59	11,65	43,05	
Второй завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	100		44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	11	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	11	44	0,40	0,40	9,80	
Обед							
Без диеты							
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
каша гречневая вязкая	110		98	2,89	6,52	15,28	175,11
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	150		92	0,75	0,04	23,25	276
Щи из св.капусты с картофелем и сметаной	150		59	1,20	3,62	5,49	52
Биточки из мяса ц/б с соусом	60/30		163	14,50	8,40	11,50	
Итого за Без диеты	550	18,56	517	21,04	19,02	72,00	
Итого за Обед	550	18,56	517	21,04	19,02	72,00	
Полдник							
Без диеты							
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Каша ячневая молоч.вязкая с сахаром	130		161	4,73	4,14	25,41	311
Чай с сахаром(2вар)	200		35	0,10	0,02	9,90	266
ватрушка французская	50		172	3,66	7,07	22,07	253
Итого за Без диеты	400	20,48	414	9,59	11,42	67,03	
Итого за Полдник	400	20,48	414	9,59	11,42	67,03	
Итого		66,78	1 307	38,62	42,49	191,88	



ПОВЕРЖДАЮ:

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА ИТ

СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



вторая неделя (вторник)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг. цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Сыр (порциями)	10		36	2,32	2,95		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Каша пшениная молоч.жидкая с сахаром	150		182	5,45	6,42	25,69	187
Чай с сахаром(2вар)	170		30	0,09	0,02	8,42	266
Итого за Без диеты	350	17,51	294	8,96	9,59	43,76	
Итого за Завтрак	350	17,51	294	8,96	9,59	43,76	
Второй завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	100		44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	11	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	11	44	0,40	0,40	9,80	
Обед							
Без диеты							
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Свекольник со сметаной	150		81	2,21	4,12	14,73	67
Жаркое по-домашнему с мясом птицы	150		229	9,07	9,98	15,63	160
Салат из белокочанной капусты	30		27	0,83	1,58	3,56	6
Напиток яблочный	150		50			13,20	282
Итого за Без диеты	520	35	492	13,81	16,12	63,60	
Итого за Обед	520	35	492	13,81	16,12	63,60	
Полдник							
Без диеты							
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Яйцо отварное	1 шт		63	5,08	4,60	0,28	213
Чай с молоком и сахаром	200		64	1,42	1,43	11,24	267
Каша молочная жидкая "Геркулес"	135		162	5,08	6,31	21,30	184
Итого за Без диеты	400	25,55	369	12,72	16,17	42,55	
Итого за Полдник	400	25,55	369	12,72	16,17	42,55	
Итого		89,06	1 199	35,89	42,27	159,71	

//

//



УТВЕРЖДАЮ:

АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮЛЕСОВНА

СОГЛАСОВАНО:

Детский сад



на

вторая неделя (среда)

Ясли (до 3 лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Какао с молоком и сахаром	170		66	3,50	3,46	5,19	11,27
Каша молочная Артек жидкая с/с	155		185	5,29	5,29	27,98	
Итого за Без диеты	350	18,78	331	9,93	12,58	42,89	
Итого за Завтрак	350	18,78	331	9,93	12,58	42,89	
Второй завтрак							
Без диеты							
Яблоко шт	100		44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Без диеты	100	11	44	0,40	0,40	9,80	
Итого за Второй завтрак	100	11	44	0,40	0,40	9,80	
Обед							
Без диеты							
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Чай с сахаром(2вар)	150		26	0,08	0,02	7,43	266
Макаронные изделия отварные	110		151	2,89	2,99	26,71	6,43
Суп картофельный с бобовыми	150		66	5,70	4,30	21,10	62
Биточки из говядины п/ф с соусом	60/30		205	13,10	9,20	13,80	
Итого за Без диеты	550	12,34	553	23,46	16,95	85,52	
Итого за Обед	550	12,34	553	23,46	16,95	85,52	
Полдник							
Без диеты							
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Каша рисовая молоч.жидкая с/с	150		158	3,65	5,84	22,38	193
Чай с молоком и сахаром	200		64	1,42	1,43	11,24	267
Печенье	30		114	2,25	3,54	7,08	
Итого за Без диеты	400	17,45	383	8,42	11,00	50,36	
Итого за Полдник	400	17,45	383	8,42	11,00	50,36	
Итого		59,57	1 310	42,21	40,94	188,57	



УТВЕРЖДАЮ:



СОГЛАСОВАНО:
Детский сад

на

вторая неделя (четверг)

Если (до 3-х лет)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Сыр (порциями)	10		36	2,32	2,95		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Каша ячневая молоч.вязкая с сахаром	130		161	4,73	4,14	25,41	311
Чай с молоком и сахаром	190		61	1,35	1,36	10,68	267
Итого за Без диеты	355	21,09	338	9,54	12,27	45,81	
Итого за Завтрак	355	21,09	338	9,54	12,27	45,81	
Второй завтрак							
Без диеты							
Кисель из концентрата с/с	150		58			15,00	303
Итого за Без диеты	150	0,52	58			15,00	
Итого за Второй завтрак	150	0,52	58			15,00	
Обед							
Без диеты							
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Борщ со свежей капустой и картофелем	150		109	1,34	3,27	6,69	56
Картофель тушеный	130		162	2,72	7,98	19,38	139
Напиток яблочный(2вар)	150		50			13,20	282
Биточки из мяса ц/б с соусом	60/30		163	14,50	8,40	11,50	
Итого за Без диеты	570	21,91	589	20,26	20,09	67,25	
Итого за Обед	570	21,91	589	20,26	20,09	67,25	
Полдник							
Без диеты							
салат из моркови	50		50	0,50	2,25	7,25	19
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Чай с лимоном и сахаром	180		35	0,19	0,03	8,58	288
Макаронные издел.отвар.с сыром(2вар)	150		223	3,73	3,95	35,32	6,43
Итого за Без диеты	400	17,13	355	5,52	6,43	60,81	
Итого за Полдник	400	17,13	355	5,52	6,43	60,81	
Итого		60,65	1 339	35,31	38,79	188,87	

//

//



АМИНЕВА ОЛЕСЯ ЮРИСОВНА УТВЕРЖДАЮ:

СОГЛАСОВАНО:
Детский сад



на

Ясли

вторая неделя (пятница)

Наименование	Вес блюда (гр)	Цена, (руб.)	Энерг цен.	Белки	Жиры	Углеводы	№ рец
Завтрак							
Без диеты							
Масло (порциями)	5		33	0,04	3,63	0,07	9,4
Сыр (порциями)	10		36	2,32	2,95		9,3
Хлеб пшеничный (для детского питания)	30		71	1,65	0,30	14,49	114
Чай с молоком и сахаром	150		48	1,07	1,07	8,43	267
Каша молочная "Дружба" (2вар)	155		191	4,54	6,05	21,93	
Итого за Без диеты	350	21,48	379	9,61	14,00	44,91	
Итого за Завтрак	350	21,48	379	9,61	14,00	44,91	
Второй завтрак							
Без диеты							
Йогурт детский питьевой 100гр	100		80	3,20	3,20	9,20	
Итого за Без диеты	100	14,85	80	3,20	3,20	9,20	
Итого за Второй завтрак	100	14,85	80	3,20	3,20	9,20	
Обед							
Без диеты							
Хлеб ржаной(пшеничный)	20		58	0,60	0,24	6,82	0001
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Салат из белокочанной капусты	30		27	0,83	1,58	3,56	6
Гуляш(2вариант)	70		159	11,42	11,53	7,83	
Суп-лапша домашняя	150		64	1,53	3,06	9,88	86
Каша перловая вязкая с растительным маслом	110		77	3,28	2,57	22,64	
Компот из смеси с/ф с/с 2вар	150		92	0,75	0,04	23,25	276
Итого за Без диеты	550	30,15	524	19,51	19,21	83,65	
Итого за Обед	550	30,15	524	19,51	19,21	83,65	
Полдник							
Без диеты							
Хлеб пшеничный (для детского питания)	20		47	1,10	0,20	9,66	114
Печенье	30		114	2,25	3,54	7,08	
Чай с сахаром	180		36	0,09	0,03	8,98	286
Каша гречневая молочная вязкая	170		221	7,46	7,46	30,68	185
Итого за Без диеты	400	17,54	418	10,90	11,23	56,40	
Итого за Полдник	400	17,54	418	10,90	11,23	56,40	
Итого		84,02	1 400	43,22	47,64	194,17	