УТВЕРЖДАЮ:
Директор школы:
_____М.Г. Корнишина
Приказ №_260_ от _28.08.2023г_____
С изменениями на 18.09.2023г

Десятидневное меню
на осенний зимний период
для организации питания воспитанников в группа до 3-х лет
СП "Детский сад" ГБОУ ООШ пос. Сборный
м.р.Сызранский Самарской области

1 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп.
Завтрак:											
1..Макароны отварные	160	6,144	0,880	33,216	165,440	0,096	0,032	0,000	7,980	1,296	58
1.. Салат из св. моркови	40	0,280	1,380	1,670	18,560	0,004	0,008	1,880	7,024	0,260	42
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
4.Бутерброд с маслом	30	1,830	5,660	10,960	102,000	0,036	0,024	0,000	6,970	0,460	1
2 Завтрак:											
Сок фруктовый	100	0,500	0,000	10,100	43,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400	418
Итого завтрак											
Обед:											
1.Винегрет овощной	30	0,399	1,854	2,337	27,630	0,015	0,006	2,850	8,835	0,228	11
2.Суп картофельный с крупой с мясом	150	1,000	1,120	6,800	41,300	0,040	0,020	3,300	10,360	0,410	80
3.Плов с мясом говядины	150	15,000	15,760	25,090	285,000	0,180	0,075	0,360	28,300	1,360	325
5.Компот из лимона+С витам	150	0,330	0,075	25,500	103,950	0,015	0,015	9,675	17,640	0,180	23
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	13,200	0,400	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
1.Каша пшенная молочная с маслом сл	150	4,500	4,500	24,400	155,000	0,150	0,150	0,300	73,200	0,750	14
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750	0,000	0,000	0,300	23,865	0,930	376
3. Хлеб пшеничный	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	13,200	0,400	147
4. Печенье	20	4,1	2,3	13,2	94	0	0	0	0	0	76
5 Фрукт	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
Всего		**39,458**	**35,359**	**215,543**	**1484,000**	**0,701**	**1,015**	**23,680**	**235,619**	**10,369**	

2 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп
1. Завтрак:											
1.Каша манная молочн	150	6,180	5,670	25,290	17,709	0,045	0,075	5,280	57,090	0,430	1
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
3.Бутерброд с сыром	30	3,153	4,587	9,708	92,667	0,033	0,033	0,048	64,068	0,474	3
2 Завтрак:											
Кисло-молочный напиток	100	2,900	2,500	4,000	50,000	0,040	0,170	0,700	120,000	0,100	86
итого завтрак											
Обед:											
1.Салат из св лука	40	0,630	3,080	3,860	45,300	0,030	0,030	6,620	16,770	0,440	46
2.Суп картоф. с бобовыми	150	3,070	3,210	9,670	79,950	0,090	0,040	3,450	30,220	1,080	81
3. Селедь соленая порц	50										
4.Картофельное Пюре	120	2,660	2,840	15,000	96,210	0,102	0,102	12,277	45,350	0,706	339
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750	0,000	0,000	0,300	23,865	0,930	376
5. Хлеб пшеничный	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	13,200	0,400	147
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	13,200	0,400	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
1.Ватрушка с творогом	60	7,900	4,698	25,014	173,142	0,066	0,102	0,036	43,542	0,774	78
2. Каша ячневая молочная	180	4,500	4,500	24,400	155,000	0,150	0,150	0,300	73,200	0,750	11/4
2. Фрукты	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
3.Какао с молоком	180	3,780	3,258	15,552	106,794	0,054	0,162	1,440	137,646	0,486	21
Всего		**40,148**	**36,173**	**194,764**	**1452,000**	**0,765**	**1,539**	**33,466**	**656,196**	**9,265**	

3 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп
Завтрак:											
1. Омлет натуральный	100	8,810	14,220	1,690	195,385	0,062	0,369	0,153	71,385	1,815	8
2. Кабачковая икра	40	0,760	3,560	3,080	47,600	0,008	0,020	2,080	16,400	0,280	54
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
3.Бутерброд с повидлом	40	1,824	2,860	21,004	117,092	0,036	0,020	0,348	7,636	0,500	2
2 Завтрак:	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
Сок фруктовый	100	0,500	0,000	10,100	43,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400	418
итого завтрак											
Обед:											
1.Свекла отварная порц.	30	0,213	1,035	1,254	13,920	0,003	0,006	1,410	5,268	0,201	33/1
2.Суп картофельный с мясом	150	1,410	1,695	9,975	60,750	0,075	0,045	7,200	15,510	0,705	89
3.Макароны отварные	120	4,600	0,660	24,910	124,080	0,072	0,024	0,000	5,988	0,972	204
4 Печень по строгановски	60	14,220	11,400	3,010	171,410	0,040	0,100	0,010	30,600	0,900	55
4.Компот из свежих плодов (яблок) +С	150	0,120	0,120	17,910	73,200	0,000	0,000	1,290	10,860	0,705	24
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	13,200	0,400	147
7.Хлеб пшеничный	40	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
1.Крендель сахарный	60	4,248	7,884	33,444	222,000	0,072	0,060	0,000	11,640	0,768	71
2. Кисель	180	0,080	0,000	20,030	80,000	0,002	0,004	0,070	9,400	0,260	22
3.Суп молочный с крупой (рис)	150	3,615	3,810	12,630	99,300	0,045	0,150	0,690	119,115	0,180	94
4. Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
итого полдник											
Всего		**46,345**	**49,259**	**209,987**	**1535,000**	**0,595**	**1,498**	**21,266**	**362,147**	**15,581**	

4 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп.
1. Завтрак:											
1.Запеканка из творога	150	26,310	18,075	25,725	370,500	0,075	0,390	0,360	220,950	1,035	237
2. Сгущеное молоко	30	2,140	2,550	16,650	98,400	0,060	0,380	1,000	102,000	0,200	59
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
3.Бутерброд с сыром	30	3,153	4,587	9,708	92,667	0,033	0,033	0,048	64,068	0,474	3
2 Завтрак:											
Кисло-молочный напиток	100	2,900	2,500	4,000	50,000	0,040	0,170	0,700	120,000	0,100	86
итого завтрак											
Обед:											
1. Соленый огурец	40	0,710	3,450	4,180	46,400	0,010	0,020	4,700	17,560	0,670	14
2.Щи из св. капусты с картофелем с	150	1,620	1,700	10,290	82,850	0,075	0,045	4,950	14,760	0,650	82
3 Фрикадельки рыб ,тушеные в	60	7,720	2,950	8,280	90,000	0,070	0,070	0,190	33,700	0,570	280
4 Соус томатный	30	0,232	0,840	1,604	14,900	0,004	0,004	0,476	3,176	0,096	348
4.Рис отварной	100	2,430	3,580	24,460	139,800	0,020	0,010	0,000	0,910	0,350	315
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750	0,000	0,000	0,300	23,865	0,930	376
3. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	13,200	0,400	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
Ужин:											
1 Суп молоч. с макарон.изд	180	6,644	6,160	20,064	162,360	0,088	0,242	1,012	181,214	0,594	7
2. Хлеб пшеничный	40	4,740	4,870	32,650	203,200	0,080	4,870	0,000	13,440	0,840	
2. Кофейный напиток	180	2,340	1,995	10,635	70,005	0,030	0,105	0,975	94,305	0,105	26
4 Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
4. Печенье	20	4,1	2,3	13,2	94	0	0	0	0	0	76
Итого полдник											
Всего		**68,364**	**56,587**	**231,236**	**1512,000**	**0,670**	**6,684**	**17,726**	**921,193**	**9,309**	

5 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп.
Завтрак:											
1.Каша кукурузная молочная со слив.	180	3,300	4,500	16,800	143,700	0,000	0,150	0,450	93,400	0,300	182
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
3.Бутерброд с повидлом	40	1,824	2,860	21,004	117,092	0,036	0,020	0,348	7,636	0,500	2
2 Завтрак:											
Сок фруктовый	100	0,500	0,000	10,100	43,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400	418
итого завтрак											
Обед:											
2. Кабачковая икра	40	0,760	3,560	3,080	47,600	0,008	0,020	2,080	16,400	0,280	54
2.Борщ с мясом	150	1,100	2,900	7,650	61,500	0,030	0,030	6,160	26,630	0,720	68
3. Палочки "Сытные"	60	8,911	12,754	7,266	179,669	0,049	0,091	0,228	61,481	0,896	307
4.Картофельное Пюре	120	2,660	2,840	15,000	96,210	0,102	0,102	12,277	45,350	0,706	339
5.Компот из лимона+С витам	150	0,330	0,075	25,500	103,950	0,015	0,015	9,675	17,640	0,180	23
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	13,200	0,400	147
7. Хлеб пшеничный	40	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	13,200	0,400	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
1. Булочка "Домашняя"	60	4,740	4,870	32,700	193,200	0,080	0,060	0,000	13,440	0,840	68
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750	0,000	0,000	0,300	23,865	0,930	376
3.Каша пшенная молочная с маслом сл	150	4,500	4,500	24,400	155,000	0,150	0,150	0,300	73,200	0,750	14
4.Фрукты	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
итого полдник											
Всего		**34,000**	**40,689**	**225,770**	**1488,000**	**0,635**	**1,323**	**36,833**	**430,487**	**10,597**	

6 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп.
Завтрак:											
1.Вермишель с масл	160	6,144	0,880	33,216	165,440	0,096	0,032	0,000	7,980	1,296	58
1.. Салат из св. моркови	40	0,280	1,380	1,670	18,560	0,004	0,008	1,880	7,024	0,260	42
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
4.Бутерброд с маслом	30	1,830	5,660	10,960	102,000	0,036	0,024	0,000	6,970	0,460	1
2 Завтрак:											
Сок фруктовый	100	0,500	0,000	10,100	43,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400	418
итого завтрак											
Обед:											
1.Свекла отварная порц.	30	0,213	1,035	1,254	13,920	0,003	0,006	1,410	5,268	0,201	33/1
2.Суп картофельный с мясом	150	1,410	1,695	9,975	60,750	0,075	0,045	7,200	15,510	0,705	89
2Гренки	10	3,900	2,011	25,189	134,390	0,125	0,063	7,200	22,756	1,340	77 /115
3.Котлета рыбная любительская соус	50	8,022	2,820	5,988	81,000	0,048	0,060	0,258	31,602	0,450	272
Соус томатный	30	0,232	0,840	1,604	14,900	0,004	0,004	0,476	3,176	0,096	348
4.Рагу из овощей	110	1,200	6,910	713,330	95,240	0,040	0,040	4,960	18,290	0,500	137
5.Компот из лимона+С витам	150	0,330	0,075	25,500	103,950	0,015	0,015	9,675	17,640	0,180	23
6. Хлеб ржаной	20	1,050	0,400	6,240	23,130	0,030	0,160	0,000	5,050	1,100	147
7. Хлеб пшеничный	40	2,960	4,000	10,250	170,400	0,050	0,020	0,000	8,000	0,600	151
итого обед											
Уплотненный полдник:											
1. Булочка "Московская"	60	4,248	7,884	33,440	222,000	0,072	0,060	0,000	11,640	0,768	464
2. Суп молочный с крупой (рис)	150	3,615	3,810	12,630	99,300	0,045	0,150	0,690	119,115	0,180	94
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750	0,000	0,000	0,300	23,865	0,930	376
4 Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
Итого полдник											
Всего		**37,209**	**39,630**	**938,656**	**1500,735**	**0,668**	**0,712**	**39,064**	**328,931**	**12,761**	

7 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп
Завтрак:											
1.Каша манная молочн	150	6,180	5,670	25,290	17,709	0,045	0,075	5,280	57,090	0,430	1
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
3.Бутерброд с сыром	30	3,153	4,587	9,708	92,667	0,033	0,033	0,048	64,068	0,474	3
2 Завтрак:											
Кисло-молочный напиток	100	2,900	2,500	4,000	50,000	0,040	0,170	0,700	120,000	0,100	86
итого завтрак											
Обед:											
1.Солен огурец	40	0,630	3,080	3,860	45,300	0,030	0,030	6,620	16,770	0,440	45
2.Суп картофельный с крупой с мясом	150	1,000	1,120	6,800	41,300	0,040	0,020	3,300	10,360	0,410	80
3.Ленивые голубцы "Вкусные", соус то	60	13,260	8,520	18,800	205,000	0,075	0,150	18,800	56,500	1,530	315
4 Картофельное пюре	100	2,660	2,840	15,000	96,210	0,102	0,102	12,277	45,350	0,706	339
5.Компот из свежих плодов (яблок) +С	150	0,120	0,120	17,910	73,200	0,000	0,000	1,290	10,860	0,705	24
6. Хлеб пшеничный	40	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	
7. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
1.Каша пшеничная молоч.	150	4,500	4,500	24,400	155,000	0,150	0,150	0,300	73,200	0,750	11/4
1.Ватрушка с творогом	60	7,900	4,698	25,014	173,142	0,066	0,102	0,036	43,542	0,774	78
3.Какао с молоком	180	0,130	1,000	10,030	39,500	0,040	0,130	1,180	112,000	0,280	392
2. Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
Итого полдник											
Всего		**47,478**	**40,450**	**202,262**	**1455,000**	**0,776**	**1,637**	**52,846**	**647,885**	**13,094**	

8 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп
Завтрак:											
1. Омлет натуральный	100	8,810	14,220	1,690	195,385	0,062	0,369	0,153	71,385	1,815	8
2. Кабачковая икра	40	0,760	3,560	3,080	47,600	0,008	0,020	2,080	16,400	0,280	54
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
3.Бутерброд с повидлом	40	1,824	2,860	21,004	117,092	0,036	0,020	0,348	7,636	0,500	2
2 Завтрак:											
Сок фруктовый	100	0,500	0,000	10,100	43,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400	418
итого завтрак											
Обед:											
1.Винегрет овощной	40	0,630	3,080	3,860	45,300	0,030	0,030	6,620	16,770	0,440	46
2.Рассольник "Ленинградский"	150	1,410	1,695	9,975	60,750	0,075	0,045	7,200	15,510	0,705	77
3.Макароны отварные	120	4,600	0,660	24,910	124,080	0,072	0,024	0,000	5,988	0,972	204
4.Соус молочный	30	0,582	1,356	3,978	30,450	0,009	0,021	0,096	18,813	0,051	16
4 Котлета Сочная(полу.фабр.)	60	10,000	9,000	18,700	180,000	0,049	0,091	0,280	61,481	0,896	74
5.Компот из лимона+С витам	150	0,330	0,075	25,500	103,950	0,015	0,015	9,675	17,640	0,180	23
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	147
7. Хлеб пшеничный	40	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
1.Булочка "Молочная"	60	4,640	0,990	26,110	132,000	0,080	0,060	0,130	30,200	0,730	66
2.Каша кукурузная молочная со слив. маслом	180	3,300	4,500	16,800	143,700	0,000	0,150	0,450	93,400	0,300	182
2. Кисель	180	0,080	0,000	20,030	80,000	0,002	0,004	0,070	9,400	0,260	22
4. Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
Итого полдник											
Всего		**42,511**	**43,811**	**227,187**	**1465,852**	**0,603**	**1,534**	**32,117**	**409,768**	**15,024**	

9 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп
Завтрак:											
1.Каша пшенная молочная с маслом сл	150	4,500	4,500	24,400	155,000	0,150	0,150	0,300	73,200	0,750	11/4
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
3.Бутерброд с сыром	30	3,153	4,587	9,708	92,667	0,033	0,033	0,048	64,068	0,474	3
2 Завтрак:											
Кисло-молочный напиток	100	2,900	2,500	4,000	50,000	0,040	0,170	0,700	120,000	0,100	86
итого завтрак											
Обед:											
1 Салат из свеклы	30	0,213	1,035	1,254	13,920	0,003	0,006	1,410	5,268	0,201	33/1
2.Щи из свеж капусты с картоф. и с	150	1,260	3,510	6,102	61,020	0,036	0,036	13,302	31,194	0,576	67
3.Каша гречневая	150	8,550	7,200	41,200	270,500	0,210	0,100	0,000	14,240	4,550	67
4 Соус томатный	30	0,232	0,840	1,604	14,900	0,004	0,004	0,476	3,176	0,096	348
5. Шницель рыбный	50	8,022	2,820	5,988	81,000	0,048	0,060	0,258	31,602	0,450	274
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750	0,000	0,000	0,300	23,865	0,930	376
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	147
7. Хлеб пшеничный	40	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
4. Печенье	20	4,1	2,3	13,2	94	0	0	0	0	0	76
2. Кофейный напиток	180	2,340	1,995	10,635	70,005	0,030	0,105	0,975	94,305	0,105	26
1 Суп молоч. с макарон.изд	180	6,644	6,160	20,064	162,360	0,088	0,242	1,012	181,214	0,594	7
4. Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
Итого полдник											
Всего		**47,289**	**39,277**	**200,425**	**1455,000**	**0,797**	**1,581**	**21,796**	**680,277**	**15,321**	

10 день

Наименование блюд	выход в гр >3х лет и <3л	белки	жиры	углеводы	ккалор	В1,мг	В2,мг	С,мг	Са,мг	F,мг	№ рецеп
Завтрак:											
1.Каша молочная ассорти (рис+пшено)со слив. маслом	150	3,800	4,300	10,300	132,000	0,000	0,150	0,045	86,250	0,450	11
2.Чай с сахором	180	0,045	0,015	6,990	28,005	0,000	0,000	0,015	7,995	0,195	395
4.Бутерброд с маслом	30	1,830	5,660	10,960	102,000	0,036	0,024	0,000	6,970	0,460	1
2 Завтрак:											
Сок фруктовый	100	0,500	0,000	10,100	43,000	0,010	0,010	2,000	7,000	1,400	418
итого завтрак											
Обед:											
1. Соленый огурец	40	0,710	5,030	8,140	80,730	0,010	0,020	5,000	18,500	0,700	33/1
2.Борщ с мясом	150	1,100	2,900	7,650	61,500	0,030	0,030	6,160	26,630	0,720	68
3. Тефтели "Морковные" , соус том	60	15,000	15,760	25,090	285,000	0,180	0,075	0,360	28,300	1,360	325
4. Рис отварной	100	2,430	3,580	24,460	139,800	0,020	0,010	0,000	0,910	0,350	315
5.Компот из лимона+С витам	150	0,330	0,075	25,500	103,950	0,015	0,015	9,675	17,640	0,180	23
6. Хлеб ржаной	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	147
7. Хлеб пшеничный	20	2,050	0,800	12,480	47,270	0,070	0,330	0,000	10,050	2,100	147
итого обед											
Уплотненный полдник:											
1.Ватрушка с повидлом	60	7,900	4,698	25,014	173,142	0,066	0,102	0,036	43,542	0,774	78
1.Свекла отварная порц.	30	0,213	1,035	1,254	13,920	0,003	0,006	1,410	5,268	0,201	33/1
2.Картофедьное пюре	160	2,660	2,840	15,000	96,210	0,102	0,102	12,277	45,350	0,706	339
2. Компот из суш плодов	150	0,330	0,015	20,820	84,750	0,000	0,000	0,300	23,865	0,930	376
5. Фрукты свежие	100	0,900	0,200	9,500	40,000	0,015	0,015	3,000	10,050	2,100	134
Итого полдник											
Всего		**41,848**	**47,708**	**225,738**	**1438,000**	**0,627**	**1,219**	**40,278**	**348,370**	**14,726**	

C=RU, O=ГБОУ ООШ пос. Сборный,
CN=Корнишина Марина Григорьевна,
E=sb_simon_sch@samara.edu.ru
00ddc4fa4968df66c4
2023.09.17 20:23:09+04'00'