

Ознакомлена: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
И.С. Зубавленко

Меню (ясли) на 26.05.2025г



Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшеничная молочная жидкая	140	5,18	5,23	25,55	170,10
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>6,77</b>	<b>5,81</b>	<b>55,63</b>	<b>286,70</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>82,50</b>
<b>Обед</b>					
Салат картофельный с огурцами солеными	50	0,85	2,65	5,25	48,00
Суп картофельный с бобовыми	180	1,66	3,06	10,90	77,76
Котлеты рубленные из птицы	50	9,35	0,15	7,78	85,83
Макаронные изделия отварные	110	3,19	0,50	21,30	106,26
Компот из смеси сухофруктов	180	0,46	0,00	24,30	81,46
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>610</b>	<b>18,15</b>	<b>6,84</b>	<b>83,13</b>	<b>471,71</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с молоком	150	1,13	0,98	11,93	60,75
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>5,38</b>	<b>3,31</b>	<b>41,35</b>	<b>216,58</b>
<b>Ужин</b>					
Рагу из овощей	180	4,36	12,34	18,47	202,01
Кисель плодово-ягодный	180	1,26	0,00	26,10	109,80
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>8,66</b>	<b>12,66</b>	<b>64,25</b>	<b>405,81</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 710</b>	<b>39,71</b>	<b>28,62</b>	<b>244,36</b>	<b>1 463,30</b>

Согласованно: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
И.С. Зубавленко

Меню (ясли) на 27.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша манная молочная жидкая	140	4,34	5,22	21,60	150,78
Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,90
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>9,75</b>	<b>9,58</b>	<b>46,19</b>	<b>310,38</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,38</b>	<b>0,00</b>	<b>20,25</b>	<b>67,88</b>
<b>Обед</b>					
Салат "Степной"	30	0,55	2,33	4,05	39,24
Борщ с капустой и картофелем	150	1,10	3,00	6,39	57,00
Плов из птицы	150	15,56	5,44	25,13	220,70
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
<b>Итого за Обед</b>	<b>520</b>	<b>20,63</b>	<b>11,24</b>	<b>72,58</b>	<b>482,94</b>
<b>Полдник</b>					
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,10	72,75
Оладьи	50	3,75	6,34	19,34	149,06
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>4,28</b>	<b>6,57</b>	<b>36,44</b>	<b>221,81</b>
<b>Ужин</b>					
Каша рассыпчатая с овощами	160	7,96	5,19	35,64	221,58
Чай с сахаром	200	0,1	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>8,82</b>	<b>10,68</b>	<b>37,44</b>	<b>353,98</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 620</b>	<b>43,86</b>	<b>38,07</b>	<b>212,90</b>	<b>1 436,99</b>

Согласованно: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
Н.С. Зубавленко

Меню (ясли) на 28.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	15	1,12	0,44	7,71	39,30
Масло (порциями)	5	0,025	4,13	0,04	37,4
Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая	140	5,01	6,58	20,16	159,88
Кофейный напиток с молоком	190	3,04	2,57	15,11	75,05
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>9,20</b>	<b>13,72</b>	<b>43,02</b>	<b>311,63</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,10	72,75
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,53</b>	<b>0,23</b>	<b>17,10</b>	<b>72,75</b>
<b>Обед</b>					
Винегрет овощной	30	0,40	1,85	2,53	28,44
Суп картофельный с крупой	150	1,19	1,64	8,75	54,45
Жаркое по-домашнему	130	16,15	16,97	22,17	255,45
Кисель плодово-ягодный	150	1,05	0,00	21,75	91,50
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>500</b>	<b>21,43</b>	<b>20,94</b>	<b>68,80</b>	<b>502,24</b>
<b>Полдник</b>					
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
Булочка молочная	50	4,80	1,10	28,10	142,00
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>5,18</b>	<b>1,10</b>	<b>48,35</b>	<b>209,88</b>
<b>Ужин</b>					
Макаронные изделия отварные с сыром	170	10,29	8,59	28,90	233,75
Чай с лимоном	200	0,10	0,00	15,20	61,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>12,67</b>	<b>8,83</b>	<b>58,86</b>	<b>365,25</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 600</b>	<b>49,01</b>	<b>44,82</b>	<b>236,13</b>	<b>1 461,75</b>

Согласовано: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183



Меню (ясли) на 29.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшенная молочная жидкая	140	5,46	6,62	25,06	198,52
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>7,05</b>	<b>7,20</b>	<b>55,14</b>	<b>315,12</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>82,50</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы отварной	30	0,45	1,65	2,52	26,70
Рассольник ленинградский	150	1,23	3,15	9,75	72,75
Котлеты рубленные из птицы	50	9,35	0,15	7,78	85,83
Каша гречневая вязкая	110	5,04	7,08	17,93	155,65
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>530</b>	<b>19,09</b>	<b>12,66</b>	<b>68,91</b>	<b>485,33</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с лимоном	180	0,09	0,00	13,68	54,90
Печенье	35	2,63	3,43	26,04	145,95
<b>Итого за Полдник</b>	<b>215</b>	<b>2,72</b>	<b>3,43</b>	<b>39,72</b>	<b>200,85</b>
<b>Ужин</b>					
Рыба, тушеная в томате с овощами	100	9,50	5,14	4,50	102,14
Рис припущенный	110	2,67	3,15	26,89	146,63
Чай с сахаром	160	0,08	0,00	12,00	48,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>14,53</b>	<b>8,53</b>	<b>58,15</b>	<b>367,27</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 645</b>	<b>44,14</b>	<b>31,82</b>	<b>221,92</b>	<b>1 451,07</b>

Согласованно: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
Н. С. Зубавленко

Меню (ясли) на 30.05.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша ячневая вязкая	140	4,48	7,98	25,03	189,84
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>6,07</b>	<b>8,56</b>	<b>55,11</b>	<b>306,44</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>82,50</b>
<b>Обед</b>					
Овощи натуральные соленые	30	0,24	0,03	0,51	3,90
Свекольник	150	8,70	2,67	7,22	58,20
Тефтели мясные (1 - вариант) 70/30	100	9,35	8,52	10,22	155,28
Пюре из гороха	110	10,71	1,06	21,31	128,04
Кисель плодово-ягодный	150	1,05	0,00	21,75	91,50
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,20	54,30
<b>Итого за Обед</b>	<b>570</b>	<b>32,03</b>	<b>12,64</b>	<b>71,21</b>	<b>491,22</b>
<b>Полдник</b>					
Кисломолочная продукция	150	4,35	3,75	6,00	75,00
Булочка домашняя	50	3,75	6,50	30,17	194,17
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>8,10</b>	<b>10,25</b>	<b>36,17</b>	<b>269,17</b>
<b>Ужин</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями	170	4,85	4,44	13,58	149,60
Какао с молоком	200	3,6	3,30	25,00	144,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>10,73</b>	<b>7,98</b>	<b>53,34</b>	<b>364,10</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 670</b>	<b>57,68</b>	<b>39,43</b>	<b>215,83</b>	<b>1 513,43</b>

Согласованно: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
Н. С. Зубавленко

Меню (ясли) на 02.06.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша " Дружба "	140	3,68	8,16	17,54	158,34
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>7,83</b>	<b>11,35</b>	<b>41,32</b>	<b>299,04</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Напиток из плодов шиповника	150	0,53	0,23	17,10	72,75
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,53</b>	<b>0,23</b>	<b>17,10</b>	<b>72,75</b>
<b>Обед</b>					
Салат картофельный с соленым огурцом и зеленым горошком	30	0,54	1,86	2,67	29,70
Суп картофельный с макаронными изделиям	150	1,62	1,71	11,3	66,75
Печень говяжья по-строгановски	80	13,09	10,03	3,13	154,91
Картофельное пюре	110	2,31	4,84	11,99	101,20
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>560</b>	<b>20,58</b>	<b>18,92</b>	<b>62,94</b>	<b>492,84</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
Печенье	35	2,63	3,43	26,04	145,95
<b>Итого за Полдник</b>	<b>215</b>	<b>2,72</b>	<b>3,43</b>	<b>39,54</b>	<b>199,95</b>
<b>Ужин</b>					
Запеканка из творога с соусом молочным сладким	150	14,47	24,89	19,32	192,19
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб пшеничный	50	3,80	0,40	24,60	117,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>18,37</b>	<b>25,29</b>	<b>58,92</b>	<b>369,69</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 675</b>	<b>50,03</b>	<b>59,22</b>	<b>219,82</b>	<b>1 434,27</b>

Согласованно: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
Н.С. Зубавленко

Меню (ясли) на 03.06.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша манная молочная жидкая	140	4,34	5,22	21,60	150,78
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>5,93</b>	<b>5,80</b>	<b>51,68</b>	<b>267,38</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>82,50</b>
<b>Обед</b>					
Винегрет овощной	30	0,40	1,85	2,53	28,44
Суп картофельный с клецками	150/20	1,73	1,44	12,49	88,50
Птица тушеная в соусе с овощами	150	7,80	1,89	13,74	191,47
Кисель плодово-ягодный	150	1,05	0,00	21,75	91,50
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
<b>Итого за Обед</b>	<b>540</b>	<b>14,02</b>	<b>5,50</b>	<b>70,19</b>	<b>493,91</b>
<b>Полдник</b>					
Булочка молочная	50	4,80	1,10	28,10	142,00
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>5,18</b>	<b>1,25</b>	<b>45,43</b>	<b>214,00</b>
<b>Ужин</b>					
Каша рассыпчатая с овощами	170	8,67	5,65	38,85	241,32
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,20	54,30
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>10,75</b>	<b>6,01</b>	<b>64,05</b>	<b>355,62</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 640</b>	<b>36,63</b>	<b>18,56</b>	<b>231,35</b>	<b>1 413,41</b>

Согласованно: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

тверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
И. С. Зубавленко



**Меню (ясли) на 04.06.2025г**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша рисовая молочная жидкая	140	3,88	6,04	22,68	160,58
Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,90
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>6,73</b>	<b>7,79</b>	<b>53,57</b>	<b>296,08</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>82,50</b>
<b>Обед</b>					
Салат из свеклы отварной	30	0,45	1,65	2,52	26,70
Рассольник ленинградский	150	1,23	3,15	9,75	72,75
Котлеты рубленые из птицы	50	9,35	0,15	7,78	85,83
Макаронные изделия отварные	110	3,19	0,50	21,30	106,26
Компот из смеси сухофруктов	180	0,46	0,00	24,30	81,46
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
<b>Итого за Обед</b>	<b>560</b>	<b>17,72</b>	<b>5,77</b>	<b>85,33</b>	<b>467,00</b>
<b>Полдник</b>					
Кисломолочная продукция	150	4,35	3,75	6,00	75,00
Сдоба обыкновенная	50	4,25	2,33	29,42	155,83
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>8,60</b>	<b>6,08</b>	<b>35,42</b>	<b>230,83</b>
<b>Ужин</b>					
Омлет натуральный	130	11,20	17,40	2,30	222,02
Салат "Степной"	40	0,73	3,11	5,40	52,32
Чай с сахаром	200	0,10	0,00	15,00	60,00
Хлеб ржано-пшеничный	30	1,98	0,36	10,20	54,30
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>14,01</b>	<b>20,87</b>	<b>32,90</b>	<b>388,64</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 660</b>	<b>47,81</b>	<b>40,51</b>	<b>207,22</b>	<b>1 465,05</b>

Согласованно: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183

Утверждаю: ген. директор  
ООО "Комбинат питания № 1"  
Н. С. Зубавленко

Меню (ясли) на 05.06.2025г

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Сыр (порциями)	10	2,56	2,61	0	34,3
Каша пшеничная молочная жидкая	140	5,18	5,23	25,55	170,10
Чай с молоком	180	1,35	1,17	14,31	72,90
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>10,59</b>	<b>9,59</b>	<b>50,14</b>	<b>329,70</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Компот из смеси сухофруктов	150	0,38	0,00	20,25	67,88
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,38</b>	<b>0,00</b>	<b>20,25</b>	<b>67,88</b>
<b>Обед</b>					
Салат картофельный с кукурузой и морковью	30	0,93	2,07	6,57	48,60
Суп картофельный с крупой (пшено)	150	1,19	1,64	9,11	54,45
Голубцы ленивые 130/30	160	11,89	7,61	15,16	218,10
Кисель плодово-ягодный	150	1,05	0,00	21,75	91,50
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,64	0,48	13,60	72,40
<b>Итого за Обед</b>	<b>530</b>	<b>17,70</b>	<b>11,80</b>	<b>66,19</b>	<b>485,05</b>
<b>Полдник</b>					
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Ватрушка с повидлом	50	3,08	1,42	34,08	161,67
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>3,46</b>	<b>1,57</b>	<b>51,41</b>	<b>233,67</b>
<b>Ужин</b>					
Суп молочный с макаронными изделиями	170	4,85	4,44	13,58	149,60
Какао с молоком	200	3,60	3,30	25,00	144,00
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>10,73</b>	<b>7,98</b>	<b>53,34</b>	<b>364,10</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 630</b>	<b>42,86</b>	<b>30,94</b>	<b>241,33</b>	<b>1 480,40</b>

Согласованно: И.Г. Саушкина  
Заведующий МДОАУ № 183



**Меню (ясли) на 06.06.2025г**

Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)
		Белки	Жиры	Углеводы	
<b>Завтрак 1</b>					
Батон нарезной	20	1,50	0,58	10,28	52,40
Повидло	10	0	0	6,3	10,2
Каша пшеничная молочная жидкая	140	5,46	6,62	25,06	198,52
Чай с сахаром	180	0,09	0,00	13,50	54,00
<b>Итого за Завтрак 1</b>	<b>350</b>	<b>7,05</b>	<b>7,20</b>	<b>55,14</b>	<b>315,12</b>
<b>Завтрак 2</b>					
Соки овощные, фруктовые	150	0,75	0,00	0,00	82,50
<b>Итого за Завтрак 2</b>	<b>150</b>	<b>0,75</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>82,50</b>
<b>Обед</b>					
Салат "Здоровье"	30	0,58	2,64	2,52	36,09
Щи из свежей капусты с картофелем	180	1,26	3,59	5,60	59,76
Котлеты рубленые	50	7,45	5,50	7,28	108,13
Картофельное пюре	110	2,31	4,84	11,99	101,20
Компот из свежих плодов	150	0,38	0,15	17,33	72,00
Хлеб пшеничный	40	3,04	0,32	19,68	94,00
<b>Итого за Обед</b>	<b>560</b>	<b>15,02</b>	<b>17,04</b>	<b>64,40</b>	<b>471,18</b>
<b>Полдник</b>					
Чай с молоком	150	1,13	0,98	11,93	60,75
Булочка творожная	50	6,54	3,03	24,79	153,00
<b>Итого за Полдник</b>	<b>200</b>	<b>7,67</b>	<b>4,01</b>	<b>36,72</b>	<b>213,75</b>
<b>Ужин</b>					
Макароны запеченные с яйцом	150	6,83	8,93	22,65	198,00
Напиток из плодов шиповника	200	0,70	0,30	22,80	97,00
Хлеб ржано-пшеничный	50	3,30	0,60	17,00	90,50
<b>Итого за Ужин</b>	<b>400</b>	<b>10,83</b>	<b>9,83</b>	<b>62,45</b>	<b>385,50</b>
<b>Итого за день</b>	<b>1 660</b>	<b>41,32</b>	<b>38,08</b>	<b>218,71</b>	<b>1 468,05</b>