

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
БДОУ СМР «Детский сад № 13»
№ 47/1-од от «14» марта 2022г.
_____ Е.В.Ганичева

бюджетное дошкольное образовательное учреждение
Сокольского муниципального района
«Детский сад общеразвивающего вида № 13»

ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ)
МЕНЮ НА ДВЕ НЕДЕЛИ

День 1-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша пшённая молочная, жидкая	150/200	5,5 6,5	3,2 3,8	27,9 32,6	80,0 100,0		96
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	- -	0,04 0,05	48,0 68,2		263
	Печенье (Пряники)	20/50	2,2 5,2	3,0 4,1	12,5 17,3	85,0 102,6		59
Итого:		350/450	8,8 12,8	6,8 8,4	30,7 41,8	258,4 324,6		
Обед								
	Суп Щи из свежей капусты с мясными консервами	150/250	3,3 4,6	5,8 7,2	14,5 22,7	93,1 148,4		338
	Котлеты рыбные	60/70	15,0 18,3	8,4 9,2	17,4 18,4	412,9 454,1		134
	Рис отварной	100/150	2,1 3,5	1,3 2,5	35,2 43,4	138,0 193,0		191
	Компот из смеси сухофруктов	150/150	0,09 0,1	0,06 0,07	7,5 9,4	96,4 115,4	0,035/0,050	241
	Хлеб ржаной	30/50	3,4 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		500/680	22,4 29,9	23,6 30,0	67,2 96,1	564,9 719,9		
Полдник								
	Чай с сахаром	180/200	0,8 0,6	- -	0,04 0,05	56,0 79,3		263
	Хлеб пшеничный с маслом	25/40 6/10	1,9 2,3	8,2 10,5	15,1 18,2	98,2 154,2		1
Итого:		211/250	2,7 2,9	8,2 10,5	15,1 18,3	154,2 233,5		
Ужин								
	Макаронные изделия отварные с сыром	170/200	6,4 7,8	1,8 3,5	28,7 36,5	155,5 179,0		336
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	- -	0,04 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		450/485	10,4 11,8	9,1 11,3	100,2 107,8	435,3 525,9		
<i>Итого за первый день</i>		<i>1511/1865</i>	<i>44,3 57,4</i>	<i>47,7 60,2</i>	<i>213,2 264,0</i>	<i>1412,8 1803,9</i>	<i>0,035/0,050</i>	

День 2-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша манная молочная, жидкая	150/200	4,3 5,6	2,6 3,2	22,1 26,1	97,3 123,8		90
	Кофейный напиток с молоком	180/200	3,06 3,26	0,08 0,2	8,0 10,4	98,9 109,6		253
	Хлеб пшеничный с маслом	25/30 6/10	1,9 2,3	8,2 10,5	15,1 18,2	98,2 154,2		1
Итого:		361/440	9,3 11,2	10,9 13,9	45,2 54,7	294,4 387,6		
Обед								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	150/250	1,2 2,1	3,3 4,1	10,6 13,8	98,6 112,0		38
	Птица отварная	60/70	17,2 19,2	9,01 10,02	4,8 8,9	210,0 276,0		181
	Греча отварная	100/150	3,8 5,7	2,0 4,2	20,4 30,6	117,0 175,5		186
	Компот из изюма	150/150	0,2 0,3	0,05 0,07	21,3 34,3	48,0 68,2	0,035/0,050	241 -А
	Хлеб ржаной	30/50	3,4 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		490/660	24,1 30,0	16,5 20,3	85,7 124,7	584,3 788,7		
Полдник								
	Кисломолочный продукт «Снежок»	170/200	4,9 5,8	5,7 8,6	7,8 8,6	110,0 136,0		251
Итого:		200/250	6,8 9,6	9,3 13,1	25,5 37,9	238,0 281,0		
Ужин								
	Оладьи Джем	180/200 15/20	9,1 11,9	8,4 10,6	34,5 40,0	210,8 240,0		286
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	- -	0,04 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		400/480	10,3 13,7	10,3 13,7	47,3 53,8	292,7 365,0		
<i>Итого за второй день</i>		<i>1451/1830</i>	<i>50,5 64,5</i>	<i>47,0 61,0</i>	<i>203,7 271,1</i>	<i>1409,4 1822,3</i>	<i>0,035/0,050</i>	

День 3-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша пшеничная молочная жидкая	150/200	5,1 6,2	2,7 3,3	20,2 25,2	103,0 130,0		92
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
	Хлеб пшеничный с маслом	25/40 6/10	1,9 2,3	8,2 10,5	19,1 28,2	98,2 154,2		1
Итого:		361/450	7,6 9,3	10,9 13,8	39,3 53,5	249,2 352,4		
Обед								
	Борщ с капустой и картофелем	150/250	2,1 2,8	1,4 3,8	22,3 26,1	74,5 99,8		27
	Котлета мясная	60/70	8,3	13,1	-	124,0		340
	Соус томатный	20/30	0,9 1,1	0,01 0,02	2,7 3,2	6,2 10,8		161
	Макаронные изделия отварные	100/140	6,4 7,8	1,8 3,5	28,7 36,5	155,5 179,0		194
	Компот из смеси сухофруктов	150/150	0,09 0,1	0,06 0,07	7,5 9,4	96,4 115,4		241
	Хлеб ржаной	30/50	3,4 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5	0,035/0,050	2
Итого:		521/731	20,7 27,4	13,06 20,9	76,8 110,2	710,6 943,3		
Полдник								
	Кисель	150/200	0 0	0 0	6,9 11,4	27,0 45,0		233
	Печенье	50/50	1,1 1,4	4,0 4,9	13,1 16,3	90,6 113,3		
Итого:		200/250	1,1 1,4	4,0 4,9	20,0 27,7	117,6 158,3		
Ужин								
	Омлет натуральный	200/220	16,9 18,2	17,7 19,2	21,0 24,2	235,2 265,8		110
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,05 0,05	48,0 68,2		263
	Хлеб пшеничный	25/40	1,9	0,8	14,6	72,5		1
Итого:		405/460	17,4 19,6	19,04 20,4	83,3 97,4	424,0 517,3		
<i>Итого за третий день</i>		<i>1532/1911</i>	<i>46,8 57,7</i>	<i>47,0 60,0</i>	<i>219,4 288,8</i>	<i>1501,4 1971,3</i>	<i>0,035/0,050</i>	

День 4-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Вита-мин С	№ ре-цепту-ры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша Дружба	150/200	6,4 6,9	6,3 7,0	22,2 27,0	136,5 164,0		84
	Хлеб пшеничный с маслом	25/40 6/10	1,9 2,3	8,2 10,5	19,1 28,2	98,2 154,2		1
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		361/450	7,3 8,9	16,5 19,8	43,94 54,65	248,5 351,8		
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми	150/250	8,2 12,3	5,0 8,0	27,28 29,6	143,7 202,2		36
	Печень по строгановски	50/70	16,6 19,8	2,2 3,4	12,08 12,35	328,5 403,0		162
	Греча отварная	100/150	3,8 5,7	2,0 4,2	20,4 30,6	117,0 175,5		186
	Компот из изюма	150/150	0,2 0,3	0,05 0,07	21,3 34,3	48,0 68,2	0,035/0,050	241-А
	Хлеб ржаной	30/50	3,4 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		510/700	32,0 42,7	13,4 20,7	93,4 127,8	709,4 970,3		
Пол-дник								
	Молоко кипяченое	175/200	5,8 6,4	8,5 9,4	5,5 6,0	97,2 108,0		255
	Хлеб пшеничный	25/50	1,9 3,8	0,8 1,5	14,6 29,3	72,5 145,0		1
Итого:		200/250	7,7 10,2	9,3 10,9	20,1 35,3	169,7 253,0		
Ужин								
	Рагу из овощей	200/250	4,1 5,1	11,1 12,2	28,4 34,5	149,1 178,6		77
	Хлеб пшеничный	25/40	1,9	8,2	19,1	98,2		1
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		400/470	9,0 12,8	8,1 9,05	45,6 54,0	442,4 518,6		
<i>Итого за четвёртый день</i>		<i>1471/1870</i>	<i>56,0 74,6</i>	<i>47,3 60,5</i>	<i>203,0 271,8</i>	<i>1570,0 2093,7</i>	<i>0,035/0,050</i>	

День 5-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша гречневая молочная, жидкая	150/200	5,1 6,2	2,7 3,3	20,2 25,2	103,0 130,0		86
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
	Хлеб пшеничный с маслом	30/40 6/10	1,9 2,3	8,2 10,5	19,1 28,2	98,2 154,2		1
Итого:		366/450	8,0 9,6	11,4 14,3	47,0 60,9	226,2 322,4		
Обед								
	Свекла отварная	25/50	0,8 1,6	0,04 0,08	1,7 3,4	15,8 21,5		221
	Суп крестьянский с овсяными хлопьями	150/250	4,1 5,4	12,0 13,3	27,6 35,2	69,2 72,2		42-Б
	Жаркое по домашнему	150/200	10,5 12,5	5,5 6,1	4,4 5,7	303,0 365,3		153
	Компот из смеси сухофруктов	150/150	0,09 0,1	0,06 0,07	7,5 9,4	96,4 115,4	0,035/0,050	241
	Хлеб ржаной	30/50	3,4 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		515/6720	26,1 34,6	26,6 31,8	84,2 114,7	777,2 949,3		
Полдник								
	Кисель	180/200	0,06 0,1	4,4 7,3	0,09 0,14	39,7 66,2		261
	Печенье	20/50	0,4 1,0	2,6 6,5	19,5 23,7	65,0 162,7		59
Итого:		200/250	0,5 1,1	7,0 13,8	19,6 23,8	104,7 228,9		
Ужин								
	Запеканка рисовая с творогом	150/180	7,8 10,9	7,3 8,0	42,9 48,8	374,2 414,8		120
	Повидло	20/30	0,3 0,4	0,8 1,0	0,9 1,7	11,4 18,1		226
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,05 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		405/490	9,4 14,7	3,0 5,6	53,05 71,6	291,9 361,5		
<i>Итого за пятый день</i>		<i>1486/1910</i>	<i>44,0 60,0</i>	<i>48,0 65,5</i>	<i>203,9 271,0</i>	<i>1400,0 1862,1</i>	<i>0,035/0,050</i>	

День 6-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша овсяная из «Геркулеса», жидкая	150/200	6,0 6,8	3,8 4,3	18,2 24,4	125,4 153,8		93
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
	Печенье (Пряники)	20/25	0,4 1,0	2,6 6,5	19,5 23,7	65,0 162,7		59
Итого:		350/425	5,9 7,3	5,5 10,0	35,2 43,9	201,3 342,9		
Обед								
	Щи из свежей капусты с мясными консервами	150/250	3,8 6,2	3,8 4,2	10,4 13,6	107,4 131,6		338
	Котлеты рыбные	60/70	15,0 18,3	8,4 9,2	17,4 18,4	412,9 454,1		134
	Рис отварной	100/150	2,1 3,5	1,3 2,5	35,2 43,4	138,0 193,0		191
	Компот из смеси сухофруктов	150/150	0,09 0,1	0,06 0,07	7,5 9,4	96,4 115,4	0,035/0,050	241
	Хлеб ржаной	30/50	3,4 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		510/700	28,7 38,7	18,6 30,0	82,2 120,5	680,2 900,0		
Полдник								
	Кисель	200/200	0 0	0 0	28,8 28,8	95,2 95,2		233
	Печенье	30/50	1,9 3,8	3,6 4,5	17,7 29,3	128,0 145,0		
Итого:		230/250	1,9 3,8	3,6 4,5	46,5 58,1	223,2 240,2		
Ужин								
	Макаронные изделия отварные с сыром	170/200 15/20	9,1 11,9	8,4 10,6	34,5 40,0	210,8 240,0		336
	Хлеб пшеничный	20/25	1,9	8,2	15,1	98,2		1
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		406/485	6,6 8,2	19,3 22,7	43,5 52,7	295,3 401,0		
<i>Итого за шестой день</i>		<i>1496/1860</i>	<i>43,1 58,0</i>	<i>47,0 67,2</i>	<i>207,4 275,2</i>	<i>1400,0 1884,1</i>	<i>0,035/0,050</i>	

День 8-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша гречневая молочная, жидкая	150/200	5,1 6,2	2,7 3,3	20,2 25,2	103,0 130,0		86
	Чай с сахаром	180/200	0,06 0,1	4,4 7,3	0,09 0,14	39,7 66,2		261
	Хлеб пшеничный с маслом	25/30 6/10	1,9 2,3	8,1 10,5	19,1 28,2	98,2 154,2		1
Итого:		361/440	7,06 8,6	15,3 21,1	39,6 53,6	240,9 350,4		
Обед								
	Свекольник со сметаной	150/250	2,6 3,6	1,3 2,4	30,0 33,4	88,1 119,0		34
	Котлета мясная	60/70	8,3	13,1	-	124,0		340
	Соус томатный	20/30	0,9 1,1	0,01 0,02	2,7 3,2	6,2 10,8		161
	Макаронные изделия отварные	100/140	6,4 7,8	1,8 3,5	28,7 36,5	155,5 179,0		194
	Компот из смеси сухофруктов	150/150	0,09 0,1	0,06 0,07	7,5 9,4	96,4 115,4	0,035/0, 050	241
	Хлеб ржаной	30/50	3,4 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		510/700	22,8 29,4	15,9 20,8	101,4 137,8	738,2 938,2		
Полдник								
	Кисель	200/200	0 0	0 0	6,9 11,4	27,0 45,0		233
	Печенье	25/50	1,7 2,9	5,8 10,0	19,6 32,7	135,9 226,5		59
Итого		225/250	1,7 2,9	5,8 10,0	26,5 44,1	162,9 271,5		
Ужин								
	Омлет натуральный	200/220	16,9 18,2	17,7 19,2	21,0 24,2	235,2 265,8		110
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,05 0,05	48,0 68,2		263
	Хлеб пшеничный	25/40	1,9	0,8	14,6	72,5		1
Итого:		405/460	19,4 22,0	18,5 20,4	35,7 47,7	355,7 450,0		
<i>Итого за восьмой день</i>		<i>1501/1850</i>	<i>50,1 62,9</i>	<i>55,5 72,3</i>	<i>203,2 283,2</i>	<i>1497,7 2010,1</i>	<i>0,035/0, 050</i>	

День 7-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша Дружба	150/200	6,4 6,9	6,3 7,0	22,2 27,0	136,5 164,0		84
	Кофейный напиток с молоком	180/200	3,06 3,26	0,08 0,2	8,0 10,4	98,9 109,6		253
	Хлеб пшеничный с маслом	25/40 6/10	1,9/2,3 1,4/2,3	8,2/10, 2	19,1/2 8,2	98,2/15 4,2		3
Итого:		371/465	11,2 13,7	18,4 22,7	51,9 65,0	321,3 429,6		
Обед								
	Салат из свёклы и моркови	30/60	0,6 1,0	1,3 3,1	12,7 13,8	33,9 56,8		19
	Суп картофельный с бобовыми	150/250	8,2 12,3	5,0 8,0	27,3 29,6	143,7 202,2		36
	Птица отварная	60/70	17,2 19,2	9,01 10,02	4,8 8,9	210,0 276,0		181
	Греча отварная	100/150	3,8 5,7	2,0 4,2	20,4 30,6	117,0 175,5		186
	Компот из изюма	150/150	0,2 0,3	0,05 0,07	21,3 34,3	48,0 68,2	0,035/0,050	241-А
	Хлеб ржаной	30/50	3,4 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		510/710	25,0 35,3	16,2 25,7	89,2 107,2	571,5 790,6		
Полдник								
	Кисломолочный продукт «Снежок»	170/200	4,9 5,8	5,7 8,6	7,8 8,6	110,0 136,0		251
	Печенье	30/50	1,7 2,9	5,8 10,0	19,6 32,7	135,9 226,5		59
Итого:		200/250	6,6 8,7	11,5 28,6	27,4 41,2	245,9 362,5		
Ужин								
	Сырники из творога с манной крупой	180/230	9,6/11, 0	5,6/6,4 1,7/2,6	34,6/4 5,5	308,2/2 95,7		129-А
	Сгущенное молоко	20/25	1,5/2,2		11,2/1 6,8	108,5/1 19,8		
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,05 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		405/510	19,8 25,0	8,3 12,2	34,5 51,8	514,2 687,4		
<i>Итого за седьмой день</i>		<i>1486/1935</i>	<i>62,6 82,7</i>	<i>54,4 89,2</i>	<i>203,0 265,2</i>	<i>1652,9 2270,1</i>	<i>0,035/0,050</i>	

День 10-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша овсяная из «Геркулеса», жидкая	150/200	6,0 6,8	3,8 4,3	18,2 24,4	125,4 153,8		93
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
	Хлеб пшеничный с маслом	25/40 6/10	1,9 2,3	8,2 10,5	19,1 28,2	98,2 154,2		1
Итого:		361/450	8,0 9,6	11,4 14,3	47,04 60,9	226,2 322,4		
Обед								
	Суп картофельный с бобовыми	150/250	8,2 12,3	5,0 8,0	27,3 29,6	143,7 202,2		36
	Жаркое по домашнему	150/200	10,5 12,5	5,5 6,1	4,4 5,7	303,0 365,3		153
	Компот из изюма	150/150	0,2 0,3	0,05 0,07	21,3 34,3	48,0 68,2	0,035/0,050	241-А
	Хлеб ржаной	30/50	3,3 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		490/670	19,8 25,8	19,6 26,2	76,2 115,0	660,9 904,5		
Полдник								
	Кисель	200/200	0 0	0 0	28,8 28,8	95,2 95,2		233
	Печенье	20/50	1,7 2,9	5,8 10,0	19,6 32,7	135,9 226,5		58
Итого:		220/250	1,7 2,9	5,8 10,0	48,4 61,5	231,1 321,7		
Ужин								
	Запеканка рисовая с творогом	150/180	7,8 10,9	7,3 8,0	42,9 48,8	374,2 414,8		120
	Сгущенное молоко	15/20	0,3 0,4	0,8 1,0	0,9 1,7	11,4 18,1		226
	Чай с сахаром	400/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		400/460	12,3 15,8	10,9 15,3	37,3 47,4	281,8 330,3		
<i>Итого за десятый день</i>		<i>1471/1945</i>	<i>42,0 54,1</i>	<i>47,7 65,8</i>	<i>208,9 284,8</i>	<i>1400,0 1878,9</i>	<i>0,035/0,050</i>	
<i>Итого за весь период</i>		<i>14846/ 16856</i>	<i>414,0 573,7</i>	<i>489,3 599,0</i>	<i>1866,3 2475,1</i>	<i>14771,2 17666,4</i>	<i>3,5/ 5,0</i>	
<i>Среднее значение за период</i>		<i>1484/1685</i>	<i>41,4 57,7</i>	<i>48,9 59,9</i>	<i>186,6 247,6</i>	<i>1477,1 1766,6</i>	<i>0,035/ 0,050</i>	
<i>Содержание белков, жиров, углеводов в меню за период в % от калорийности</i>			<i>2,87%</i>	<i>3,45%</i>	<i>13,65%</i>			

День 9-й

Прием пищи	Наименование блюда	Выход блюда	Пищевые вещества (г)			Энергетическая ценность (ккал)	Витамин С	№ рецептуры
			Б	Ж	У			
Завтрак								
	Каша пшеничная молочная, жидкая	150/200	5,5 6,5	3,2 3,8	27,9 32,6	80,0 100,0		92
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
	Хлеб пшеничный с маслом	25/40 6/10	1,9 2,3	8,2 10,5	15,1 18,2	98,2 154,2		1
Итого:		361/450	8,9 10,0	14,5 17,5	37,3 45,3	282,7 386,4		
Обед								
	Суп картофельный с рыбными консервами	150/250	9,3 10,1	7,2 9,2	14,5 22,7	140,2 153,6		337
	Печень говяжья по-строгановски	50/70	9,25 10,2	6,5 9,46	15,32 19,05	120,4 181,3		162
	Греча отварная	100/150	3,8 5,7	2,0 4,2	20,4 30,6	117,0 175,5		186
	Компот из смеси сухофруктов	150/150	0,09 0,1	0,06 0,07	7,5 9,4	96,4 115,4	0,035/0,050	241
	Хлеб ржаной	30/50	3,3 4,9	2,8 3,6	13,8 24,3	89,7 139,5		2
Итого:		480/670	24,0 28,8	17,9 24,8	79,8 112,0	564,7 772,8		
Полдник								
	Молоко кипяченое	180/200	0,06 0,1	4,4 7,3	0,09 0,14	39,7 66,2		251
Итого:		210/250	2,0 3,9	8,0 11,8	17,8 29,4	167,7 278,9		
Ужин								
	Картофельные котлеты	180/200	11,1 13,9	10,1 14,3	35,2 44,3	215,4 236,1		65
	Соус сметанный	20/30	0,3 0,4	0,8 1,0	0,9 1,7	11,4 18,1		226
	Чай с сахаром	180/200	0,6 0,8	0 0	0,04 0,05	48,0 68,2		263
Итого:		400/455	11,1 13,2	7,3 9,0	74,6 91,1	511,9 510,7		
<i>Итого за девятый день</i>		<i>1441/1825</i>	<i>46,0 55,9</i>	<i>47,7 63,1</i>	<i>209,5 277,8</i>	<i>1527,0 1948,8</i>	<i>0,035/0,050</i>	