

СОГЛАСОВАНО

советом родителей

СП «Детский сад № 1» ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Протокол № 1 от 04.08.2021 г.

УТВЕРЖДЕНО

приказом директора ГБОУ СОШ №5 г. Сызрани

 М.А.Сорокина

Приказ № 11/2021 от 04.08.2021 г.



**ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ  
НА ОСЕННИЙ ПЕРИОД**

СП «Детский сад № 1» ГБОУ СОШ № 5 г. Сызрани

Неделя: первая

День:

Понедельник

№ рец.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность			
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад		
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.11.5.	Каша вязкая ячневая на сгущенном молоке	150	200	5,4	7,38	5,86	7,99	27,83	36,71		191,06	253,66	
3.8.3.	Кофейный напиток на сгущенном молоке	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82		89	107	
2.4.	Бутерброд с маслом	35	45	2,02	2,54	12,88	16,77	15,23	19,8		186,57	242,57	
<b>2 ЗАВТРАК</b>													
3.2.	Сок фруктовый/ овощной	150	180	0,75	0,9			15,15	18,18		64	76	
2.6.	Кондитерские изделия	25	35	1,61	2,26	2,05	2,87	17,07	23,9		93,25	130,55	
<b>ОБЕД</b>													
5.11.	Салат из соленых огурцов с луком	40	60	0,37	0,55	2,7	3,66	0,93	1,34		30,26	41,76	
6.11. 6.13.	Щи на мясном бульоне с мясом со сметаной/ Щи на овощном бульоне со сметаной (при отсутствии мяса)	150	180	4,63	6,11	5,92	7,86	5,08	6,78		87,92	116,56	
7.46.1.	Биточки рубленые (мясные) в томатном соусе	50	70	10,9	14,6	10,8	14,5	9,75	13,01		181,03	241,38	
7.11.	Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	3,88	5,04	4,03	5,24	23,98	31,17		148,13	192,56	
3.3. 3.4.	Компот из сухофруктов/ из свежих фруктов	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93	
2.1.	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25	35 40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12		125,4	139,54	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
8.16.2.	Запеканка из творога	90	120	15,36	20,49	10,46	13,95	15,9	21,2		219,8	293,07	
3.1.1.	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42	
4.	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>						37,8	48,73	47,98	63,24	205,03	252,89	1353,25	1723,98

Неделя: первая

День:

Вторник

№ рецеп.	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность			
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад		
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.8.1.	Каша вязкая из смеси круп «Дружба» на молоке	150	200	5,4	7,38	5,86	7,99	27,83	36,71		191,06	253,66	
3.7.1.	Какао с молоком	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82		89	107	
2.3.	Бутерброд с сыром	45	50	6,53	7,59	7,42	9,2	12,85	15,42		137,16	168,18	
<b>2 ЗАВТРАК</b>													
3.5.	Кисломолочный напиток/ Молоко ( при отсутствии кисломолочных продуктов)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6	7,2		75	90	
<b>ОБЕД</b>													
5.2.	Салат из свежих помидоров с луком (репчатым/ зеленым)	40	60	0,45	0,67	2,47	3,71	1,88	2,83		31,64	47,46	
6.5.2.	Суп картофельный на курином бульоне с мясом, с зеленым горошком	150	180	11,53	14,81	12,09	14,41	19,03	54,7		183,16	215,9	
7.44.1.	Суфле из печени говяжьей	50	70	9,88	13,69	10,4	13,86	1,84	2,45		140	186,6	
7.24.1.	Каша гречневая рассыпчатая	110	130	6,29	7,45	4,45	5,27	28,33	33,48		178,74	211,25	
3.3. 3.4.	Компот из сухофруктов/ Компот из свежих фруктов	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93	
2.1.	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25 35	30 40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12		125,4	139,54	
<b>УЩЕЛТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
3.13.	Салат из картофеля с огурцами	80	80	2,95	2,95	7,86	7,86	14,66	14,66		141,3	141,3	
8.23.	Хлебец рыбный натуральный	50	70	8,95	11,94	3,72	4,96	2,72	3,63		80,4	107,2	
3.1	Батон	25	30	1,87	2,25	1,56	1,47	12,85	22,17		65,5	78,6	
3.1.1.	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42	
4	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>						53,61	69,61	52,92	63,72	203,47	280,6	1454,99	1601,19

Неделя: первая

День:

Среда

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд		Пищевые вещества						Энергетическая ценность			
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад		
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.9.1	Каша вязкая из смеси круп «/ злаков» на молоке	150	200	5,4	7,38	5,86	7,99	27,83	36,71		191,06	253,66	
3.8.1	Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,85	2	2,41	10,63	14,36		70	91	
2.5	Бутерброд с повидлом	40	50	1,95	2,35	1,56	1,87	25,85	31,67		115,5	141,1	
<b>2 ЗАВТРАК</b>													
3.2	Сок фруктовый/ овощной	150	180	0,75	0,9			15,15	18,18		64	76	
<b>ОБЕД</b>													
8.21	Салат из капусты, огурцов и моркови	40	60	0,51	0,75	2,83	4,25	1,52	2,28		33,64	50,46	
6.12.1	Суп картофельный на мясном бульоне с мясом с гренками	150	180	6,59	8,72	6,57	8,6	15,54	20,72		146,96	196,02	
7.4.3	Плов с мясом	160	200	15	18	13,85	16,62	25,08	30,1		285	342	
3.3	Компот из сухофруктов/	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93	
3.4	Компот из свежих фруктов												
2.1	Хлеб пшеничный	25	30	1,65	1,79	0,67	0,74	12,45	13,44		60,34	65,17	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
8.26	Оладьи с маслом сливочным, с сахаром	150	180	10,69	12,93	16,52	19,52	59,54	73,43		412,77	487,7	
1.1.1	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42	
4	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>						46,69	57,8	49,95	62,12	231,78	285,75	1535,9	1689,49

Неделя: первая

День:

Четверг

№ рецеп	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад	
<b>ЗАВТРАК</b>												
1.2.2.	Каша вязкая манная на молоке	150	200	6,03	7,94	7,46	9,75	22,89	30,52		181,42	241,9
3.7.1.	Какао с молоком	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82		89	107
2.4.	Бутерброд с маслом	35	45	2,02	2,54	12,88	16,77	15,23	19,8		186,57	242,57
<b>2 ЗАВТРАК</b>												
3.5.	Кисломолочный напиток/ Молоко ( при отсутствии кисломолочных продуктов)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6	7,2		75	90
<b>ОБЕД</b>												
5.39.	Икра свекольная	110	130	2,11	2,34	4,13	4,59	11,09	12,32		90,09	100,1
6.8.1.	Рассольник на мясном бульоне с мясом со сметаной	150	180	4,68	6,17	5,29	7,03	9,95	13,27		106,31	141,08
7.17.1.	Тефтели мясные	50	70	4,43	5,91	4,92	6,55	5,85	7,81		85,5	114
13. 3.4.	Компот из сухофруктов/ Компот из свежих фруктов	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93
2.1.	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25 35	30 40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12		125,4	139,54
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>												
7.30.	Солянка овощная	80	80	1,42	1,42	3,23	3,23	8,44	8,44		68,72	68,72
8.22.1.	Шницель рыбный натуральный	50	70	8,98	11,97	2,68	3,57	5,84	7,78		83	110,66
3.1.	Батон	25	30	1,87	2,25	1,56	1,47	12,85	22,17		65,5	78,6
1.1.1.	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42
4.	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05
<b>Итого за день</b>				<b>44,13</b>	<b>52,74</b>	<b>49,64</b>	<b>61,81</b>	<b>162,61</b>	<b>219,11</b>		<b>1206,83</b>	<b>1273,9</b>

Неделя: первая

День:

Пятница

№ рецепта	Применение пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность(ккал)			
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад		
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.10.1	Каша вязкая перловая на молоке	150	200	5,4	7,38	5,86	7,99	27,83	36,71		191,06	253,66	
3.8.1	Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,85	2	2,41	10,63	14,36		70	91	
2.3.	Бутерброд с сыром	45	50	6,53	7,59	7,42	9,2	12,85	15,42		137,16	168,18	
<b>2 ЗАВТРАК</b>													
2.6.	Молоко кипяченое	150	180	4,58	5,48	4,08	4,88	7,58	9,07		85	102	
<b>ОБЕД</b>													
5.3	Огурец свежий	40	60	0,36	0,4	4,3	5,1	1,5	1,65		5,9	8,5	
6.10.1	Суп картофельный с рыбными фрикадельками	150	180	5,56	7,41	1,96	2,62	9,65	12,86		78,57	104,76	
7.32.1	Картофель тушеный с мясом	160	200	19,78	24,46	5,01	6,26	17,4	21,75		192,93	241,16	
3.3	Компот из сухофруктов/	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93	
3.4	Компот из свежих фруктов												
2.1	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25	35	30	40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12	125,4	139,54
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
8.8.2	Ватрушка из дрожжевого теста с повидлом	100	120	5,93	7,15	2,01	2,43	65,78	80,43		300,36	366,4	
3.1.1	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42	
4	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>						50,99	62,92	29,58	37,17	210	257,16	1258,01	1555,6

Неделя: вторая

День: Понедельник

№ рецепта	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность			
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад		
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.1.1	Каша вязкая пшеничная на сгущенном молоке	150	200	6,43	8,58	5,61	7,5	32,21	42,18		216,09	282,6	
3.7.3	Какао на сгущенном молоке	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82		89	107	
3.4	Бутерброд с маслом	35	45	2,02	2,54	12,88	16,77	15,23	19,8		186,57	242,57	
<b>2 ЗАВТРАК</b>													
3.2	Сок фруктовый/ овощной	150	180	0,75	0,9			15,15	18,18		64	76	
3.6	Кондитерские изделия	25	35	1,61	2,26	2,05	2,87	17,07	23,9		93,25	130,55	
<b>ОБЕД</b>													
3.23	Огурец соленый	40	60	0,32	0,48	0,04	0,06	0,68	1,02		5,2	7,8	
6.1.1 6.2	Щи на мясном бульоне с мясом со сметаной/ Щи с рыбными консервами (при отсутствии мяса)	150	180	5,79	7,09	8,8	10,95	5,08	6,78		124,35	156	
3.35.1	Запеканка картофельная с печенью	160	200	9,54	11,45	0,53	0,64	25,44	20,53		183,75	220,5	
3.3.3.4	Компот из сухофруктов/ из свежих фруктов	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93	
2.1	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25	35	30 40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12	125,4	139,54	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
6.23.3	Пудинг из творога с рисом с повидлом	90	120	19,95	22,2	12,74	14,16	36,64	49,38		339,9	411	
3.1.1	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42	
4	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05	
<b>Итого за день</b>						48,41	64,85	46,35	57,27	224,82	222,19	1584,14	1955,96

Неделя: вторник

День:

Вторник

№ п/п	Присем пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность			
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад		
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.1.1.	Каша вязкая овсяная «Геркулес» на молоке	150	200	5,52	7,86	7,32	10,2	17,61	30,16		172,65	242,72	
1.1.1.	Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,85	2	2,41	10,63	14,36		70	91	
2.4	Бутерброд с маслом	35	45	2,02	2,54	12,88	16,77	15,23	19,8		186,57	242,57	
<b>3 ЗАВТРАК</b>													
3.3.	Кисломолочный напиток/ Молоко ( при отсутствии кисломолочных продуктов)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6	7,2		75	90	
<b>ОБЕД</b>													
1.1.	Свекла отварная	40	60	0,67	1	0,07	0,1	3,98	5,97		17,6	26,4	
6.10.	Суп – лапша «Домашний» на курином бульоне с мясом	150	180	4,32	5,94	5,3	7,2	7,2	9,6		93,91	136,28	
7.11.1.	Котлета рубленая куриная	50	70	9,43	12,5	9,65	12,86	9,98	13,3		164	218,66	
7.2.1.	Картофель в молоке	110	130	3,3	3,9	4,3	5,11	19,4	22,96		129	152,5	
1.3.	Компот из сухофруктов/	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93	
1.4.	Компот из свежих фруктов												
3.1.	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25 35	30 40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12		125,4	139,54	
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
8.24.	Котлета рыбная, запеченная в тесте	100	120	13,38	17,09	4,46	5,69	45,11	55,03		274,36	340,06	
1.1.1.	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42	
1	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>						50,42	64,58	50,75	66	199,5	252,36	1465,12	1862,13



Неделя: вторая

День:

Среда

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюд		Пищевые вещества						Энергетическая ценность		
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад	
<b>ЗАВТРАК</b>												
1.4.6	Каша жидкая рисовая на молоке	150	200	4,38	6,18	6,13	8,48	23,46	31,24		166,06	224,72
3.7.1	Какао с молоком	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82		89	107
3.3	Бутерброд с сыром	45	50	6,53	7,59	7,42	9,2	12,85	15,42		137,16	168,18
<b>2 ЗАВТРАК</b>												
3.9	Кисель фруктовый/ягодный	150	180	0,13	0,16	0,06	0,07	20,12	24,15		81,6	97,92
<b>ОБЕД</b>												
3.4	Помидор свежий	40	60	0,44	0,7	0,06	0,1	1,53	2,3		8,53	12,8
6.6.1	Суп гороховый на мясном бульоне с мясом	150	180	8,43	11,17	5,68	7,54	12,21	16,28		133,81	178,36
7.8.1	Азу «По – татарски»	50	70	13,03	17,19	11,14	14,71	19,5	27,75		234,62	316,82
7.1.1	Макаронные изделия отварные с маслом	110	130	3,88	5,04	4,03	5,24	23,98	31,17		148,13	192,56
3.3	Компот из сухофруктов/	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93
3.4	Компот из свежих фруктов											
3.1	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25 35	30 40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12		125,4	139,54
<b>УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>												
8.10.1	Сырники творожные	130	150	23,25	33,48	15,82	18,99	30,24	33,6		321,3	357
3.1.1	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42
4	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>				53,93	73,67	42,94	53,97	201,71	243,96		1367,62	1660,48

Неделя: вторая

День:

Четверг

№ п/п	Принем пищи, наименование блюда	Выход блюд		Пищевые вещества						Энергетическая ценность			
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад		
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.1.3	Каша вязкая гречневая на молоке	150	200	5,23	7,85	6,19	9,72	21,53	28,15		152	231,7	
1.1.1	Кофейный напиток с молоком	150	180	2,34	2,85	2	2,41	10,63	14,36		70	91	
1.1	Бутерброд с маслом	35	45	2,02	2,54	12,88	16,77	15,23	19,8		186,57	242,57	
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.1	Кисломолочный напиток/ Молоко (при отсутствии кисломолочных продуктов)	150	180	4,35	5,22	3,75	4,5	6	7,2		75	90	
<b>ОБЕД</b>													
1.1.4	Салат овощной «Осенний»	110	130	0,89	0,98	4,07	4,45	5,59	6,08		65,25	68,46	
1.1.3	Борщ на курином бульоне с мясом «Украинский»	150	180	4,09	5,62	5,2	7,07	7,69	10,26		94,06	126,48	
1.1.1	Трапы куриные с морковью	60	80	8,12	10,82	9,21	12,28	5,19	6,92		136	181,33	
1.1.1.4	Компот из сухофруктов/ Компот из свежих фруктов	150	180	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93	
1.1	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25 35	30 40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12		125,4	139,54	
<b>УСЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК</b>													
1.1.5	Салат из зеленого горошка консервированного с луком	40	60	0,86	1,29	2,27	3,41	2,8	4,21		35,14	52,71	
1.1.1	Омлет с морковью	90	90	9,6	9,6	16,72	16,72	1,48	1,48		194,8	194,8	
1.1	Батон	25	30	1,87	2,25	1,56	1,47	12,85	22,17		65,5	78,6	
1.1.1	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42	
1	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05	
<b>Итого за день</b>						21,71	41,09	41,81	59,83	142,07	188,92	1126,41	1432,08

Неделя: вторая

День:

Пятница

№ п/п	Прием пищи, наименование блюда	Выход блюда		Пищевые вещества						Энергетическая ценность (ккал)			
		Ясли	Сад	Белки (ясли)	Белки (сад)	Жиры (ясли)	Жиры (сад)	Углеводы (ясли)	Углеводы (сад)	ясли	сад		
<b>ЗАВТРАК</b>													
1.0.1	Каша вязкая пшеничная на молоке	150	200	4,38	6,18	6,13	8,48	23,46	31,24		166,05	224,72	
1.0.2	Кавiao на молоке	150	180	3,15	3,67	2,72	3,19	12,96	15,82		89	107	
1.0.3	Бутерброд с повидлом	40	50	1,95	2,35	1,56	1,87	25,85	31,67		115,5	141,1	
<b>УЗНАК</b>													
1.1	Сок фруктовый/ овощной	150	180	0,75	0,9			15,15	18,18		64	76	
<b>ОБЕД</b>													
1.0.1	Салат из свеклы с огурцами солеными	110	130	0,41	0,55	1,78	2,39	1,95	2,62		25,63	34,42	
1.0.2	Суп овощной на мясном бульоне с мясом со сметаной	150	180	5,06	6,96	3,36	4,6	9,86	13,16		90,31	122,22	
1.0.3	Шницель рубленый (мясной)	50	70	10,9	14,6	10,8	14,5	7,75	13,01		181,03	241,38	
1.1	Компот из сухофруктов/	150	180*	1,35	1,62	0,07	0,09	21,88	25,06	0/50	85,6	96,93	
1.2	Хлеб пшеничный, Хлеб ржаной	25 35	30 40	3,28	3,55	0,93	1,04	26,17	29,12		125,4	139,54	
<b>УЗНАК</b>													
1.0.1	"Трешенок" из дрожжевого теста с сахаром	100	120	10,58	12,7	16,29	19,55	58,03	69,64		421,15	505,38	
1.1	Чай с сахаром	150	180	0,08	0,12	0,02	0,03	7	10		28,28	40,42	
1.2	Фрукт	95	100	0,38	0,39			9,31	9,8		42,75	45,05	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ</b>						19,55	47,01	43,66	55,74	187,24	213,65	1342,42	1743,21

Пронумеровано, прошнуровано и скреплено печатью \_\_\_\_\_ листа(ов)

Директор ГБОУ СОШ №5 \_\_\_\_\_ М.А.Сорокина

