

РОССИЙСКАЯ ФЕДЕРАЦИЯ
Саратовская область, город Балашов
Администрация Балашовского муниципального района Саратовской области

**Муниципальное автономное дошкольное образовательное учреждение
«Детский сад комбинированного вида «Юбилейный»
города Балашова Саратовской области»**



412309, Саратовская область,
г. Балашов, ул. Малая Луначарского, д. 2
Телефон: (884545) 4-26-54

УТВЕРЖДАЮ:
Заведующий МАДОУ д/с «Юбилейный» города Балашова
Приказ № 32/3-ОД от 03.03.2025 г.

 /Н.И.Селиванова/



**ОСНОВНОЕ (ОРГАНИЗОВАННОЕ) МЕНЮ
(ВЕСЕННЕ-ЛЕТНИЙ ПЕРИОД)**

Наименование блюд	Выход блюда от 1 года до 3 лет	Пищевые вещества (г) от 1 года до 3 лет				Выход блюда от 3 года до 7 лет	Пищевые вещества (г) от 3 года до 7 лет				Витамин С	№ рецептуры
		Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		
День 1												
<u>Завтрак:</u>												
Макаронные изделия отварные с маслом	150	3,70	4,22	28,4	166	200	7,01	8	54,1	221		№ 205
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
Вафля	20	0,64	0,56	16,2	68,4	20	0,64	0,56	16,02	68,4		
<u>II Завтрак:</u>												
Сок	100	-	-	11,0	50,0	100	-	-	11,0	50,0		
<u>Итого завтрак</u>	450	4,40	4,8	65,59	324,4	520	7,72	8,58	92,22	333,84		
<u>Обед:</u>												
I. Суп картофельный с бобовыми	150	3,29	3,16	9,79	80,85	200	4,39	4,22	13,06	107,8		№ 81
II. Гуляш из отварного мяса	60	12,3	12,2	3,9	175	70	14,3	14,2	4,6	204,2		№ 277
Каша рассыпчатая (гречневая)	110	4	0,8	20	103	130	4,7	0,9	23,6	122		№ 165
III. Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,0	180	0,4	0,02	24,99	102,0	0,05	№ 376
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,0	77,2	50	3,0	0,5	20,0	96,5		
Хлеб в/с	20	1,4	1,2	9,4	53,6	30	2,1	1,8	14,1	80,4		
<u>Итого обед</u>	530	23,72	17,78	79,91	574,65	660	28,89	21,64	100,35	712,9		
<u>Полдник:</u>												
Гренки с сыром	40	4,06	14,48	3,21	160,41	45	4,16	14,5	4,01	189,21		№ 117
Какао с молоком	150	2,9	2,9	17,2	107,0	180	3,5	3,5	20,6	128,8		№ 397
<u>Итого полдник</u>	190	6,96	17,38	20,41	267,41	225	7,66	18	24,61	318,01		
<u>Ужин:</u>												
Каша вязкая (пшениная)	150	3,5	5,20	15,2	122	200	5,51	4,7	6,9	162,6		№ 168
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
Батон	20	1,4	1,2	6,6	58,8	25	1,75	1,5	8,25	73,5		
Груша	50	1,15	0	31,05	123	50	1,15	0	31,05	123		
<u>Итого ужин</u>	400	6,11	6,42	62,84	343,8	475	8,48	6,22	57,3	403,54		
<u>Всего за день 1:</u>		41,19	46,38	228,75	1510,26		52,75	54,44	274,48	1768,29		

Наименование блюд	Выход блюда от 1 года до 3 лет	Пищевые вещества (г) от 1 года до 3 лет				Выход блюда от 3 года до 7 лет	Пищевые вещества (г) от 3 года до 7 лет				Витамин С	№ рецептуры
		Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		
День 2												
<u>Завтрак:</u>												
Яйца вареные	40	4,8	4,00	0,30	56,60	40	4,80	4,00	0,30	56,60		№ 213
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
Бутерброд с маслом	20/7	0,52	5,86	3,16	67,36	25/7	0,62	5,88	3,96	91,16		№ 1
Сыр	20	4,68	6	-	74,2	30	7,02	9	-	111,3		
<u>II Завтрак:</u>												
Напиток витаминизированный	100	-	-	11,2	44,0	100	-	-	11,2	44,0		
<u>Итого завтрак</u>	367	10,06	15,88	24,65	282,2	402	12,51	18,90	26,56	347,50		
<u>Обед:</u>												
Салат из свеклы	40	0,6	5	3,8	61,75	50	0,8	5	4,9	66,55		№ 33
I. Рассольник ленинградский	150	1,26	3,07	9,96	72,45	200	1,68	4,09	13,27	96,6		№ 76
II. Жаркое по домашнему	170	20,8	5,33	18,50	205,0	200	24,47	6,27	21,76	241,18		№ 276
III. Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,0	180	0,4	0,02	24,99	102,0	0,05	№ 376
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,0	77,2	50	3,0	0,5	20,0	96,5		
Хлеб в/с	20	1,4	1,2	9,4	53,6	30	2,1	1,8	14,1	80,4		
<u>Итого обед</u>	570	26,79	15,02	78,48	555	710	32,45	17,68	99,02	683,23		
<u>Полдник:</u>												
Кисель витаминизированный	180	0,22	0,1	24,77	100,8	200	0,24	0,02	27,52	112,0		№ 378
Булочка Российская	30	2,81	3,21	22,21	128,67	50	4,22	4,81	33,31	193,0		№ 474
<u>Итого полдник</u>	210	3,03	3,31	46,98	229,47	250	4,46	4,83	60,83	305,0		
<u>Ужин:</u>												
Каша вязкая (геркулесовая)	150	9,8	6,33	42,4	261,8	200	13,1	8,84	56,53	349,1		№ 168
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		
Батон	20	1,4	1,2	6,6	58,8	25	1,75	1,5	8,25	73,5		
Яблоко	50	-	-	4,9	22,0	50	-	-	4,9	22,0		
<u>Итого ужин</u>	400	11,26	7,55	63,89	382,6	475	14,92	10,36	80,78	489,04		
<u>Всего за день 2:</u>		51,14	41,76	214	1449,2		64,34	51,77	267,19	1824,77		

[illegible]

Наименование блюд	Выход блюда от 1 года до 3 лет	Пищевые вещества (г) от 1 года до 3 лет				Выход блюда от 3 года до 7 лет	Пищевые вещества (г) от 3 года до 7 лет				Витамин С	№ рецептуры	
		Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал			
День 4													
<u>Завтрак:</u>													
Каша "Дружба"	150	19,21	3,90	38,1	150,81	200	25,6	5,20	50,80	201,08		№ 165	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392	
Бутерброд с маслом	20/7	0,52	5,86	3,16	67,36	25/7	0,62	5,88	3,96	91,16		№ 1	
<u>II Завтрак:</u>													
Напиток из плодов шиповника	100	-	-	11,7	47,0	100	-	-	11,7	47,0			
<u>Итого завтрак</u>	457	19,79	9,78	62,95	305,17	532	26,29	11,10	77,56	383,68			
<u>Обед:</u>													
I. Суп картофельный с крупой гречневой (с мясом кур)	150	13,85	6,3	42,26	274,36	200	18,5	8,4	56,3	365,8		№ 80	
II. Котлеты из мяса говядины	60	11,46	7,44	0,7	115,2	70	13,37	8,68	0,8	134,4		№ 282	
Макаронные изделия отварные	110	4,58	4,68	25,43	160,9	130	5,4	5,50	30,1	190,2		№ 205	
III. Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,0	180	0,4	0,02	24,99	102,0	0,05	№ 376	
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,0	77,2	50	3,0	0,5	20,0	96,5			
Хлеб в/с	20	1,4	1,2	9,4	53,6	30	2,1	1,8	14,1	80,4			
<u>Итого обед</u>	530	34,02	20,04	114,61	766,27	660	42,77	24,9	146,29	969,31			
<u>Полдник:</u>													
Булочка "Веснушка"	30	2,34	1,84	16,16	90,6	50	3,90	3,06	26,93	151,0		№ 473	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392	
<u>Итого полдник</u>	210	2,4	1,86	26,15	130,6	250	3,97	3,08	38,03	195,4			
<u>Ужин:</u>													
Салат из свеклы	40	0,6	5	0,8	61,75	50	0,8	6,2	4,9	66,55		№ 33	
Каша вязкая (пшеничная)	120	7,25	3,6	34,2	190,4	150	9,06	4,5	42,8	238,8		№ 168	
Рыба запеченная	60	10,7	5,67	0,12	95,1	80	12,43	5,77	0,12	102,1		№ 254	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392	
Батон	20	1,4	1,2	6,6	58,8	25	1,75	1,5	8,25	73,5			
<u>Итого ужин</u>	420	20,01	15,49	51,71	446,05	505	24,11	17,99	67,17	525,39			
<u>Всего за день 4:</u>		76,22	47,17	255,42	1648,1		97,14	57,07	329,05	2073,82			

Наименование блюд	Выход блюда от 1 года до 3 лет	Пищевые вещества (г) от 1 года до 3 лет				Выход блюда от 3 года до 7 лет	Пищевые вещества (г) от 3 года до 7 лет				Витами н С	№ рецептуры
		Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		
День 5												
<u>Завтрак:</u>												
Суп молочный с крупой гречневой	150	4,48	4,11	12,81	106,20	200	5,97	5,48	17,08	141,60		№ 94
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
Бутерброд с маслом	20/7	0,52	5,86	3,16	67,36	25/7	0,62	5,88	3,96	91,16		№ 1
<u>II Завтрак:</u>												
Яблоко	95	-	-	9,3	41,8	100	-	-	9,8	44,0		
<u>Итого завтрак</u>	452	5,06	9,99	35,27	255,36	532	6,66	11,38	41,94	321,20		
<u>Обед:</u>												
I. Суп картофельный с клецками	150	3,17	3,49	14,4	98,75	200	4,2	4,7	19,2	131,7		№ 85 №120
II. Плов	110/50	32,45	16,49	27,89	351,9	130/70	43,3	28,99	37,18	469,2		№ 304
III. Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,0	180	0,4	0,02	24,99	102,0	0,05	№ 376
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,0	77,2	50	3,0	0,5	20,0	96,5		
Хлеб в/с	20	1,4	1,2	9,4	53,6	30	2,1	1,8	14,1	80,4		
<u>Итого обед</u>	520	39,75	21,6	88,51	666,45	660	52,96	36,01	115,47	879,8		
<u>Полдник:</u>												
Пирожки печеные из дрожжевого теста. Фарш морковный	50	3,26	3,92	19,79	127,5	60	3,91	4,7	23,75	153,0		№ 454 № 499
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
<u>Итого полдник</u>	230	3,32	3,94	29,78	167,5	260	3,98	4,72	34,85	197,4		
<u>Ужин:</u>												
Икра кабачковая	40	0,5	2,67	2,31	35,7	50	0,57	2,8	2,96	38,8		
Картофель отварной	180	3,9	3,29	41,6	189,1	200	5,23	4,38	54,7	212,71		№ 125
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
Батон	10	0,7	0,6	3,3	29,4	10	0,7	0,6	3,3	29,4		
<u>Итого ужин</u>	410	5,16	6,58	57,2	294,23	460	6,57	7,8	72,06	325,35		
<u>Всего за день 5:</u>		53,29	42,11	210,76	1383,5		70,17	59,91	264,32	1723,79		

Наименование блюд	Выход блюда от 1 года до 3 лет	Пищевые вещества (г) от 1 года до 3 лет				Выход блюда от 3 года до 7 лет	Пищевые вещества (г) от 3 года до 7 лет				Витамин С	№ рецептуры
		Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		
День 6												
<u>Завтрак:</u>												
Макароны отварные с сыром	130	7,6	8,05	20,8	174,20	150	9,9	12,40	22,71	231,00		№ 206
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
Вафля	20	0,64	0,56	16,2	68,4	20	0,64	0,56	16,02	68,4		
<u>II Завтрак:</u>												
Сок	100	-	-	11,0	50,0	100	-	-	11,0	50,0		
<u>Итого завтрак</u>	437	8,3	8,63	57,99	332,60	482	10,61	12,98	60,83	393,84		
<u>Обед:</u>												
Икра кабачковая	40	0,5	2,67	2,31	35,7	50	0,57	2,8	2,96	38,8		
I. Суп картофельный с крупой пшениной с мясом птицы	150	11,5	6,8	33	193,8	200	15,3	9,13	43,98	258,45		№ 80
II. Запеканка из печени с рисом	170	4,69	8,66	27,60	240,8	200	52,2	10,19	31,77	282,62		№ 294
III. Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,0	180	0,4	0,02	24,99	102,0	0,05	№ 376
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,0	77,2	50	3,0	0,5	20,0	96,5		
Хлеб в/с	20	1,4	1,2	9,4	53,6	30	2,1	1,8	14,1	80,4		
<u>Итого обед</u>	570	20,82	19,75	109,1	686,07	710	73,57	24,44	137,8	858,77		
<u>Полдник:</u>												
Снежок	200	5,4	5,0	21,6	158,0	250	6,75	6,25	27,0	197,5		№ 401
Батон	20	1,4	1,2	6,6	58,8	25	1,75	1,5	8,25	73,5		
<u>Итого полдник</u>	220	6,8	6,2	28,2	216,8	275	8,5	7,75	35,25	271,0		
<u>Ужин:</u>												
Каша рассыпчатая (гречневая)	150	8,31	5,61	41,19	237,19	200	11,08	7,48	54,93	316,25		№ 165
Батон	20	1,4	1,2	6,6	58,8	25	1,75	1,5	8,25	73,5		
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
Яблоко	95	-	-	9,3	41,8	100	-	-	9,8	44,0		
<u>Итого ужин</u>	275	0,06	0,02	19,3	81,8	300	0,07	0,02	20,9	88,44		

<u>Всего за день 6:</u>		35,98	34,60	214,6	1317,3		92,75	45,19	254,78	1612,05		
-------------------------	--	-------	-------	-------	--------	--	-------	-------	--------	---------	--	--

Наименование блюд	Выход блюда от 1 года до 3 лет	Пищевые вещества (г) от 1 года до 3 лет				Выход блюда от 3 года до 7 лет	Пищевые вещества (г) от 3 года до 7 лет				Витамин С	№ рецептуры	
		Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал			
День 7													
<u>Завтрак:</u>													
Каша вязкая (геркулесовая)	150	9,8	6,33	42,4	261,8	200	13,1	8,84	56,53	349,1		№ 168	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392	
Бутерброд с маслом	20/7	0,52	5,86	3,16	67,36	25/7	0,62	5,88	3,96	91,16		№ 1	
<u>II Завтрак:</u>													
Сок	100	-	-	11,0	50,0	100	-	-	11,0	50,0			
<u>Итого завтрак</u>	457	10,38	12,21	66,55	419,16	532	13,79	14,74	82,59	534,70			
<u>Обед:</u>													
I. Суп картофельный с крупой гречневой	150	13,85	6,3	42,26	274,36	200	18,5	8,4	56,3	365,8		№ 80	
II. Рагу овощное	170	5,6	3,7	17,95	203,40	200	6,63	9,30	45,8	249,3		№ 344	
III. Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,0	180	0,4	0,02	24,99	102,0	0,05	№ 376	
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,0	77,2	50	3,0	0,5	20,0	96,5			
Хлеб в/с	20	1,4	1,2	9,4	53,6	30	2,1	1,8	14,1	80,4			
<u>Итого обед</u>	530	23,58	11,62	106,43	693,56	660	30,63	20,02	161,19	894,01			
<u>Полдник:</u>													
Рогалик с повидлом	50	7,8	3,8	67,4	325,0	60	7,80	3,8	67,4	325,0			
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44			
<u>Итого полдник</u>	230	7,86	3,82	77,39	365	260	7,87	3,82	78,5	369,4			
<u>Ужин:</u>													
Суп молочный с крупой пшенной	150	4,64	7,72	19,95	164,5	200	6,19	10,29	26,6	219,3		№ 94	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392	
Батон	20	1,4	1,2	6,6	58,8	25	1,75	1,5	8,25	73,5			
Яблоко	95	-	-	9,3	41,8	100	-	-	9,8	44,0			
<u>Итого ужин</u>	445	6,1	8,94	45,85	305,1	525	8,01	11,81	55,75	381,24			
<u>Всего за день 7:</u>		47,92	36,59	296,22	1782,8		60,3	50,39	378,03	2179,39			

Наименование блюд	Выход блюда от 1 года до 3 лет	Пищевые вещества (г) от 1 года до 3 лет				Выход блюда от 3 года до 7 лет	Пищевые вещества (г) от 3 года до 7 лет				Витамин С	№ рецептуры	
		Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал			
День 8													
<u>Завтрак:</u>													
Каша вязкая (манная)	150	5,35	5,70	37,79	223,50	200	7,13	7,60	50,39	298,00		№ 176	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392	
Вафля	20	0,64	0,56	16,2	68,4	20	0,64	0,56	16,2	68,4			
<u>II Завтрак:</u>													
Сок	100	-	-	11,0	50,0								
Напиток витаминизированный						100	-	-	11,2	44,0			
<u>Итого завтрак</u>	350	6,05	6,28	63,98	381,90	520	7,84	8,18	88,89	454,84			
<u>Обед:</u>													
I. Щи из свежей капусты с картофелем	150	1,04	2,93	5,09	50,9	200	1,39	3,91	6,79	67,8		№ 67	
II. Макаронник с мясом	110/50	9,49	11,88	17,18	212,70	130/70	11,95	14,97	22,07	269,1		№ 292	
Салат из свеклы	40	0,57	2,44	3,34	37,56	50	0,71	3,04	4,18	46,95		№ 33	
III. Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,0	180	0,4	0,02	24,99	102,0	0,05	№ 376	
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,0	77,2	50	3,0	0,5	20,0	96,5			
Хлеб в/с	20	1,4	1,2	9,4	53,6	30	2,1	1,8	14,1	80,4			
<u>Итого обед</u>	560	15,23	18,87	71,83	516,91	710	19,55	24,24	92,13	662,75			
<u>Полдник:</u>													
Пирожки печеные из дрожжевого теста. Фарш капустный с луком	80	4,08	4,6	29,94	173	100	5,43	5,64	38,3	213,0		№ 454 № 499	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44			
<u>Итого полдник</u>	260	4,14	4,62	39,93	213	300	5,5	5,66	49,4	257,4			
<u>Ужин:</u>													
Каша вязкая (геркулесовая)	150	4,11	4,86	24,4	257,71	200	5,48	6,48	32,53	343,61		№ 168	
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392	
Батон	20	1,4	1,2	6,6	58,8	25	1,75	1,5	8,25	73,5			
Яблоко	95	-	-	9,3	41,8	100	-	-	9,8	44,0			
<u>Итого ужин</u>	445	5,57	6,08	50,3	398,31	525	7,3	8	61,68	505,55			

[illegible]

[illegible]

№ рецептуры
№ 168
№ 392
№ 1
№ 82
№ 287
№ 314
№ 376
№ 397
№ 458
№ 168
№ 392
№ 213

Наименование блюд	Выход блюда от 1 года до 3 лет	Пищевые вещества (г) от 1 года до 3 лет				Выход блюда от 3 года до 7 лет	Пищевые вещества (г) от 3 года до 7 лет				Витами н С	№ рецептуры
		Б	Ж	У	Ккал		Б	Ж	У	Ккал		
День 10												
<u>Завтрак:</u>												
Каша вязкая (пшеничная)	150	3,83	3,83	28,07	162,19	200	5,11	5,11	37,47	216,25		№ 168
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
Бутерброд с маслом	20/7	0,52	5,86	3,16	67,36	25/7	0,62	5,88	3,96	91,16		№ 1
<u>II Завтрак:</u>												
Яблоко	95	-	-	9,3	41,8	100	-	-	9,8	44,0		
<u>Итого завтрак</u>	452,0	4,41	9,71	50,5	269,55	532,0	5,8	11,01	62,33	395,85		
<u>Обед:</u>												
Суп картофельный с рисом, (на костном курином бульоне)	150	1,19	1,64	8,75	129,45	200	1,58	2,19	11,66	172,60		№ 80
II. Котлета мясная (куриная)	60	14,1	16	15,82	139,00	70	14,7	14,16	16,16	162,17		305
Пюре гороховое						130	3,02	6,21	75,51	453,3		
Картофель отварной	110	2,45	4,24	22,17	128,70							№ 125
III. Компот из сушеных фруктов	150	0,33	0,02	20,82	85,0	180	0,4	0,02	24,99	102,0	0,05	№ 376
Хлеб ржано-пшеничный	40	2,4	0,4	16,0	77,2	50	3,0	0,5	20,0	96,5		
Хлеб в/с	20	1,4	1,2	9,4	53,6	30	2,1	1,8	14,1	80,4		
<u>Итого обед</u>	530	21,87	23,50	92,96	612,95	660	24,8	24,88	162,42	1066,97		
<u>Полдник:</u>												
Булочка Алтайская	30	2,52	1,49	14,93	83,4	50	4,20	2,49	24,89	139,0		
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
<u>Итого полдник</u>	210	2,58	1,51	24,92	123,4	250	4,27	2,51	35,99	183,4		
<u>Ужин:</u>												
Суп молочный с макаронными изделиями	150	4,79	7,52	20,35	166,45	200	6,4	10,03	27,13	221,93		
Чай с сахаром	180	0,06	0,02	9,99	40,0	200	0,07	0,02	11,1	44,44		№ 392
<u>Итого ужин</u>	180	0,06	0,02	9,99	40	200	0,07	0,02	11,1	44,44		
<u>Всего за день 10:</u>		28,92	34,74	178,4	1045,9		34,94	38,42	271,84	1690,70		