

Утверждаю:

Заведующий

МБДОУ №78 «Ивушка»



И.В. Куликова

## ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ

МБДОУ №78 «Ивушка»

ЯСЛИ (с 1 до 3-х лет)

ВЕСЕННЕ-ЛЕТНЕЕ

(Основание СанПиН 2.3/2.4.3590-20)

Сургут

2025

Утверждаю:  
Заведующая Куликова И.В.

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: до 3 лет МБДОУ №78 Ивушка

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

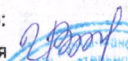
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 1</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша ячневая молочная	150	5,59	6,57	21,91	169,15	99/1
	Кофейный напиток с молоком	180	3,80	3,90	11,17	94,99	10/3
	Батон с маслом сливочным	30	1,92	4,36	12,92	98,48	345/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>11</b>	<b>15</b>	<b>46</b>	<b>363</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок 0,2	100	0,30	0,20	16,30	68,20	343/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>68</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Икра кабачковая консерв.	30	0,51	2,02	2,37	29,66	361/1
	Суп картофельный с рыбными фрикадел.	150	7,88	6,10	8,42	119,95	40/3
	Жаркое по-домашнему	180	12,36	12,56	23,21	255,28	153/3
	Компот из изюма	150	0,35	0,08	13,86	57,51	2/2
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>545</b>	<b>24</b>	<b>21</b>	<b>65</b>	<b>549</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	20/1
	Гренки с сыром	30	4,04	4,48	11,34	101,80	5/1
	Банан	50	0,75	0,05	9,60	41,85	344/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>230</b>	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>27</b>	<b>228</b>	
<b>УЖИН</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Суфле из печени	60	11,94	7,07	3,98	127,29	171/3
	Рис припущенный с маслом	110	2,69	3,43	28,17	154,30	2/1
	Соус красный основной	30	0,35	0,76	2,01	16,17	228/3
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	6,01	24,02	6/3
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>415</b>	<b>18</b>	<b>12</b>	<b>58</b>	<b>409</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1650</b>	<b>62</b>	<b>58</b>	<b>212</b>	<b>1617</b>	

Утверждаю:  
Заведующая Куликова И.В.

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: до 3 лет МБДОУ №78 Ивушка

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
		Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 2</b>						
<b>ЗАВТРАК</b>						
		0	0	0	0	
		0	0	0	0	
Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
Каша "Дружба"	150	5,41	6,70	22,86	173,40	84/1
Кофейный напиток без молока	170	0,34	0,06	6,59	28,27	34/1
Батон с маслом сливочным	30	1,92	4,36	12,92	98,48	345/1
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>351</b>	<b>13</b>	<b>16</b>	<b>43</b>	<b>363</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>						
		0	0	0	0	
Сок 0,2	100	0,30	0,20	16,30	68,20	343/1
<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>68</b>	
<b>ОБЕД</b>						
		0	0	0	0	
Салат из сладкого перца	30	0,16	2,31	1,21	26,25	9/4
Борщ	150	1,82	4,38	10,91	90,16	25/3
Котлеты, биточки (говяжьи)	60	10,42	9,73	2,67	139,89	161/3
Картофельное пюре	110	2,38	3,96	16,00	109,21	9/1
Компот из свежих фруктов	150	0,16	0,11	8,91	37,26	33/1
Хлеб столичный	30	2,31	0,90	15,03	77,46	330/1
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>530</b>	<b>17</b>	<b>21</b>	<b>55</b>	<b>480</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
		0	0	0	0	
Йогурт	150	5,25	6,00	1,65	81,60	
Груша	50	0,20	0,15	5,15	22,75	370/1
Печенье	20	1,28	3,36	13,70	90,16	347/1
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>7</b>	<b>10</b>	<b>21</b>	<b>195</b>	
<b>УЖИН</b>						
		0	0	0	0	
Салат из яблок, бананов и апельсинов	40	0,54	0,12	8,93	38,94	34/7
Суфле морковно-творожное	150	10,65	6,03	17,93	168,65	15/5
Подлив сметанный сладкий	30	0,43	2,35	3,71	37,64	232/2
Кисель молочный	150	4,38	4,80	16,26	125,74	9/2
Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	331/1
<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>400</b>	<b>18</b>	<b>14</b>	<b>62</b>	<b>441</b>	
<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1601</b>	<b>55</b>	<b>60</b>	<b>196</b>	<b>1547</b>	

Утверждаю:  
Заведующая  Куликова И.В.

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: до 3 лет МБДОУ №78 Ивушка

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 3</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Апельсины	50	0,45	0,10	4,05	18,90	348/1
	Каша пшеничная молочная	150	6,09	7,00	23,44	181,10	96/1
	Какао с молоком	150	3,14	3,35	9,79	81,89	7/3
	Батон с маслом слив., сыр	40	4,71	7,18	12,92	135,01	322/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>390</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>50</b>	<b>417</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок 0,2	100	0,30	0,20	16,30	68,20	343/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>68</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из свеклы с чесноком	30	0,45	3,03	2,58	39,33	23/1
	Суп фасолевый со сметаной	150	6,12	7,65	11,56	139,44	52/4
	Бефстроганов из мяса	60	9,95	11,20	2,72	151,30	148/3
	Макаронные изделия отварные	110	3,76	2,62	24,01	134,65	256/11
	Компот из шиповника*	150	0,41	0,17	10,79	46,29	29/3
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>535</b>	<b>23</b>	<b>25</b>	<b>69</b>	<b>598</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	76,35	2/1
	Пирожок с капустой	80	5,22	6,28	26,90	184,88	2/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>230</b>	<b>10</b>	<b>10</b>	<b>33</b>	<b>261</b>	
<b>УЖИН</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Рыбные фрикадельки	60	9,63	2,25	2,68	69,48	147/1
	Картофель в сметане	130	2,94	4,41	22,13	139,99	24/1
	Чай с лимоном	180	0,09	0,01	5,31	21,68	19/3
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>405</b>	<b>15</b>	<b>7</b>	<b>48</b>	<b>318</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 3 ДЕНЬ</b>	<b>1660</b>	<b>63</b>	<b>61</b>	<b>216</b>	<b>1662</b>	

Утверждаю:  
Заведующая Куликова И.В.

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: до 3 лет МБДОУ №78 Ивушка

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 4</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Каша кукурузная молочная	150	5,62	6,60	25,76	184,92	91/1
	Чай с молоком	180	2,61	2,88	9,24	73,31	4/3
	Батон с маслом сливочным	30	1,92	4,36	12,92	98,48	345/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>10</b>	<b>14</b>	<b>48</b>	<b>357</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок 0,2	100	0,30	0,20	16,30	68,20	343/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>68</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из тушеной капусты	30	0,54	2,34	1,95	31,02	44/2
	Свекольник с яйцом	150	4,13	6,64	10,44	118,02	34/3
	Суфле куриное	60	12,84	13,03	1,68	175,28	183/3
	Картофель аппетитный	110	2,56	3,17	16,24	103,79	11/1
	Компот из кураги и изюма	150	0,35	0,04	10,17	42,42	2/2
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	330/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>540</b>	<b>24</b>	<b>26</b>	<b>61</b>	<b>574</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Снежок	150	4,05	3,75	16,20	114,75	6/1
	Банан	50	0,75	0,05	9,60	41,85	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>5</b>	<b>4</b>	<b>26</b>	<b>157</b>	
<b>УЖИН</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из тушеной моркови на молоке	60	1,06	2,50	6,22	51,54	39/1
	Пудинг творожный	120	23,56	9,32	15,93	241,75	10/3
	Соус молочный сладкий	40	0,87	1,61	5,56	40,21	369/1
	Кисель из ягодного концентрата	180	0,08	0,05	1,22	5,67	25/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	331/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>430</b>	<b>28</b>	<b>14</b>	<b>44</b>	<b>409</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 4 ДЕНЬ</b>	<b>1630</b>	<b>67</b>	<b>58</b>	<b>194</b>	<b>1565</b>	

Утверждаю:  
Заведующая *Куликова И.В.*

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: до 3 лет МБДОУ №78 Ивушка

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 1 ДЕНЬ 5</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша манная молочная	150	5,34	6,49	20,73	162,65	90/1
	Какао с молоком	170	3,55	3,79	10,41	89,86	7/3
	Батон с маслом сливочным	30	1,92	4,36	12,92	98,48	345/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>351</b>	<b>16</b>	<b>19</b>	<b>44</b>	<b>414</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок 0,2	100	0,30	0,20	16,30	68,20	343/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>68</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из томатов в с/с	40	0,47	3,04	1,56	35,38	31/1
	Суп рисовый с чесноком	150	3,26	4,56	11,33	99,24	60/2
	Бигус с мясом	160	10,97	10,87	7,37	171,09	77/2
	Компот из апельсинов или мандаринов	150	0,48	0,11	9,31	40,10	392/9
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>535</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>47</b>	<b>433</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Кефир	150	4,35	4,80	6,00	84,60	20/1
	Ватрушка с джемом	50	3,66	3,74	26,88	155,68	289/3
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>33</b>	<b>240</b>	
<b>УЖИН</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Рыба под овощами	180	15,70	7,40	13,83	184,76	144/1
	Чай полусладкий	180	0,00	0,00	6,01	24,02	6/3
	Конфеты	21	0,41	0,42	2,86	16,83	350/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>416</b>	<b>19</b>	<b>9</b>	<b>40</b>	<b>312</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 5 ДЕНЬ</b>	<b>1602</b>	<b>61</b>	<b>56</b>	<b>181</b>	<b>1467</b>	

Утверждаю:  
Заведующая Куликова И.В.

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: до 3 лет МБДОУ №78 Ивушка

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергетическая ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 1</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Апельсины	50	0,45	0,10	4,05	18,90	348/1
	Каша овсяная "Геркулес" молочная	150	5,64	7,27	19,41	165,59	93/1
	Кофейный напиток с молоком	150	3,24	3,26	12,29	91,46	10/3
	Батон с маслом слив., сыр	40	4,71	7,18	12,92	135,01	322/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>390</b>	<b>14</b>	<b>18</b>	<b>49</b>	<b>411</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок 0,2	100	0,30	0,20	16,30	68,20	343/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>68</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат картофельный с соленым огурцом	30	0,62	2,42	4,23	41,07	7/1
	Суп крестьянский с пшеном	150	3,85	6,07	11,96	117,65	42/3
	Рулет мясной с яйцом	70	12,97	12,76	2,82	177,92	169/3
	Гарнир свекольно-морковный	120	1,94	4,88	10,32	92,88	334/1
	Напиток из шиповника	150	0,41	0,17	11,79	50,28	29/3
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	331/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>555</b>	<b>22</b>	<b>27</b>	<b>59</b>	<b>567</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Ряженка	150	4,35	3,75	6,30	76,35	2/1
	Булочка российская	50	4,52	3,69	29,34	168,51	457/9
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>9</b>	<b>7</b>	<b>36</b>	<b>245</b>	
<b>УЖИН</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сердце в соусе	90	15,34	7,62	6,26	155,03	361/8
	Картофельное пюре	130	2,82	4,71	18,92	129,25	9/1
	Чай не сладкий	150	0,00	0,00	0,02	0,06	6/3
	Мармелад	15	0,02	0,24	11,16	46,86	371/1
	Хлеб пшеничный	15	1,14	0,12	7,38	35,16	331/1
	Хлеб столичный	20	1,54	0,60	10,02	51,64	330/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>420</b>	<b>21</b>	<b>13</b>	<b>54</b>	<b>418</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 1 ДЕНЬ</b>	<b>1665</b>	<b>67</b>	<b>66</b>	<b>213</b>	<b>1709</b>	

Утверждает:  
Заведующая Куликова И.В.

**Меню приготавливаемых блюд**  
Возрастная категория: до 3 лет МБДОУ №78 Ивушка

Приложение №8  
к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества, г.			Энергет. ценность (ккал)	№ рецептуры
			Б	Ж	У		
<b>НЕДЕЛЯ 2 ДЕНЬ 2</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
<b>ЗАВТРАК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Яйцо отварное	1	5,08	4,60	0,28	62,84	327/1
	Каша пшеничная молочная	150	5,86	6,57	22,36	172,03	91/1
	Какао с молоком	170	3,55	3,79	10,41	89,86	7/3
	Батон с маслом сливочным	30	1,92	4,36	12,92	98,48	345/1
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>351</b>	<b>16</b>	<b>19</b>	<b>46</b>	<b>423</b>	
<b>10 ЧАСОВ</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Сок 0,2	100	0,30	0,20	16,30	68,20	343/1
	<b>ИТОГО ЗА 10 ЧАСОВ</b>	<b>100</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>16</b>	<b>68</b>	
<b>ОБЕД</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из тушеного перца	30	0,33	2,34	1,91	29,99	36/4
	Суп овощной	150	1,86	4,38	10,42	88,37	35/3
	Суфле мясное (мясо 1 кат)	50	13,30	14,18	1,06	184,93	171/3
	Пюре из гороха с маслом	130	9,80	3,46	20,22	151,19	7/1
	Компот из кураги	150	0,52	0,03	10,09	42,71	23/3
	Хлеб столичный	40	3,08	1,20	20,04	103,28	330/1
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>550</b>	<b>29</b>	<b>26</b>	<b>64</b>	<b>600</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Йогурт	150	5,25	6,00	1,65	81,60	/1
	Груша	50	0,20	0,15	5,15	22,75	370/1
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>200</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>104</b>	
<b>УЖИН</b>			<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	<b>0</b>	
	Салат из яблок, бананов и апельсинов	60	0,81	0,18	13,43	58,64	34/7.
	Сырники творожные	120	26,84	8,50	18,05	256,00	7/3
	Подлив сметанный сладкий	30	0,43	2,35	3,71	37,64	232/2
	Кисель из ягодного концентрата	180	0,08	0,05	1,22	5,67	25/3
	Хлеб пшеничный	30	2,28	0,24	14,76	70,32	331/1
	<b>ИТОГО ЗА УЖИН</b>	<b>420</b>	<b>30</b>	<b>11</b>	<b>51</b>	<b>428</b>	
	<b>ИТОГО ЗА 2 ДЕНЬ</b>	<b>1621</b>	<b>81</b>	<b>63</b>	<b>184</b>	<b>1625</b>	