



Утверждаю
Заведующий МБДОУ № 59
Т.И. Бровентьева
Приказ № 175 от 18.10.2020

ПРИМЕРНОЕ ДЕСЯТИДНЕВНОЕ МЕНЮ
ДЛЯ ДЕТЕЙ 3 - 7 ЛЕТ
С 12 - ТИ ЧАСОВЫМ ПРЕБЫВАНИЕМ

МБДОУ № 59

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|-----|-----|--------|-------|-------|--------|-------|-------|------------|------------|------------|
| ВСЕГО ЗА: | | | | 24.9 | 23.4 | 102.5 | 630,9 | 0.5 | 0.754 | 26.71 5 | 5,881 | 90.7 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| Творожная запеканка с протертыми ягодами | 140/30 | | | 21.130 | 18.21 | 17.24 | 306,9 | 0,402 | 0.495 | 4.113 | 1.159 | 101.9 0 |
| Чай | 200 | 200 | 200 | 7.6 | 7,0 | 9,0 | 124,0 | 0,128 | 0,009 | 22,78 | 1,84 | 54,82 |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 20 | 1,66 | 0,26 | 9,62 | 45,4 | 0,033 | 0,009 | | 0,43 | 6,0 |
| Винегрет | 80 | 20 | 20 | 7.43 | 3.46 | 23,83 | 140.4 | | | | | |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 36.5 | 28.7 | 60,3 | 612,3 | 0,555 | 0,795 | 17,89 5 | 2.520 | 443.9 9 |
| ИТОГО | | | | 76.5 | 73,6 | 242,8 | 1734,4 | 1,319 | 1,988 | 51.45 | 10,06 4 | 882,9 0 |

3 день Среда

| | Выход (гр) | Кол-во (граммы) | | Химический состав | | | Энергетическая ценность калории | Витамины | | | Минералы | |
|------------------------|------------|-----------------|-------|-------------------|-------|----------|------------------------------------|----------|-------|------------|----------|------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | углеводы | | В 1 | В 2 | С | Fe | Ca |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша пшенная | 200 | | | 6,64 | 10,23 | 24,7 | 176,7 | 0,142 | 0,301 | 0,18 | 1,316 | 100,82 |
| Кофе с молоком | 200 | | | 4,2 | 4.8 | 17,03 | 114.4 | 0,083 | 0,192 | 0,976 | 0,121 | 115,0 6 |
| Булка с маслом | 40/10 | | | 3.38 | 8,77 | 19,33 | 165,8 | 0,033 | 0,009 | | 0,346 | 8,4 |
| ВСЕГО ЗА | | | | 14.2 | 23,9 | 61,0 | 456,9 | 0,384 | 0,601 | 12,05 2 | 2,032 | 406,4 2 |
| 2-ой завтрак Фрукты | 100 | 100 | 100 | 0,86 | | 19 | 81 | 0,001 | 0,001 | 2,0 | 1,4 | 7,0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Икра кабачковая | 50 | | | 0,4 | 3,9 | 2,21 | 38,12 | 0,028 | 0,030 | 2,13 | 0,657 | 12,31 4 |
| Свекольник с | 200 | | | 4,15 | 7,4 | 23,4 | 183,2 | 0,272 | 0,166 | 2,66 | 0,518 | 41,22 7 |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|-----|-----|------|------|-------|-------|-------|-------|--------|-------|--------|
| мясом и сметаной | | | | | | | | | | | | |
| Ежики мясные с картофельно-морковным пюре | 90/140 | | | 16,4 | 11,6 | 30,08 | 203,7 | 0,104 | 0,099 | 0,911 | 1,332 | 121,63 |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | 0,16 | | 16,43 | 64,8 | 0,002 | 0,005 | 0,25 | 0,85 | 24,5 |
| Хлеб ржаной | 50 | 50 | 50 | 23,5 | 0,34 | 24,9 | 107,0 | 0,075 | 0,065 | | 1 | 14,5 |
| | | | | | | | | | | | | |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 25,1 | 21,5 | 109,6 | 624,0 | 0,499 | 0,28 | 14,924 | 6,307 | 213,7 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| Рыбная котлета любительская. | 100 | | | 16,4 | 10,4 | 43,7 | 381,7 | 0,128 | 15,76 | 7,33 | 2,58 | 81,43 |
| Напиток из сока | 200 | | | 2,8 | 3,2 | 17,7 | 136,6 | | 0,006 | 6,0 | 0,534 | 11,62 |
| Макароны | 130 | 100 | 100 | 0,3 | | 10,2 | 41,4 | 0,002 | 0,033 | 5,0 | 0,3 | 19,0 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 20 | 20 | 1,66 | 0,26 | 9,62 | 45,4 | 0,033 | 0,009 | | 0,43 | 6,0 |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 22,8 | 14,0 | 90,6 | 650,5 | 0,555 | 0,795 | 17,29 | 2,526 | 443,99 |
| | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО | | | | 63,0 | 59,4 | 283,3 | 1813 | 1,077 | 2,518 | 50,7 | 11,33 | 813,64 |

4 день Четверг

| | Выход (гр) | Кол-во (граммы) | | Химический состав | | | Энергетическая ценность (калории) | Витамины | | | Минералы | |
|--------------------------------|------------|-----------------|-------|-------------------|------|----------|-----------------------------------|----------|-------|-------|----------|--------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | углеводы | | В 1 | В 2 | С | Fe | Ca |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша гречневая молочная | 200 | | | 5,64 | 9,9 | 37,3 | 145,2 | 0,141 | 0,198 | 0,9 | 0,279 | 182,1 |
| Кофе на молоке | 200 | | | 4,2 | 4,8 | 17,03 | 114,4 | 0,083 | 0,192 | 0,976 | 0,121 | 115,06 |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|--------|-----|-----|-------|-------|-------|-------|-------|-------|--------|--------|--------|
| Булка с маслом | 40/10 | | | 3,38 | 8,77 | 19,33 | 165,8 | 0,033 | 0,009 | | 0,346 | 8,4 |
| ВСЕГО ЗА | | | | 15,9 | 26,2 | 73,6 | 441,3 | 0,188 | 0,302 | 0,326 | 1,165 | 280,18 |
| 2-ой завтрак Сок/Фрукты | 100 | 100 | 100 | 0,86 | | 19 | 81 | 0,001 | 0,001 | 2,0 | 1,4 | 7,0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Икра овощная | 50 | | | 0,56 | 4,9 | 0,72 | 31,3 | 0,033 | 0,013 | 4,54 | 0,37 | 9,597 |
| Суп крестьянский с мясом и сметаной | 200 | | | 3,58 | 4,34 | 20,8 | 205,8 | 0,268 | 1,353 | 10,472 | 0,923 | 62,09 |
| Плов с мясом | 200 | | | 11,3 | 7,47 | 16,91 | 217,2 | 0,144 | 0,272 | 9,034 | 2,959 | 159,01 |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | 0,16 | | 16,43 | 64,8 | 0,002 | 0,005 | 0,25 | 0,85 | 24,5 |
| Хлеб ржаной | 50 | 50 | 50 | 23,5 | 0,34 | 24,9 | 107,0 | 0,075 | 0,065 | | 1 | 14,5 |
| | | | | | | | | | | | | |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 27,04 | 20,78 | 113,2 | 671,5 | 0,541 | 1,755 | 22,17 | 7,75 | 259,2 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| Сырники с протертыми ягодами | 120/20 | | | 21,4 | 14,2 | 33,7 | 397,3 | 0,071 | 0,1 | 1,313 | 0,851 | 46,19 |
| Салат овощной с яйцом | 80 | | | 7,6 | 7,0 | 9,0 | 124,0 | 0,128 | 0,009 | 22,78 | 1,84 | 54,82 |
| Чай | 200 | 200 | 200 | 5,6 | 6,4 | 9,4 | 116,0 | 0,063 | 0,234 | 0,976 | 183,1 | 54,82 |
| | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 20 | 20 | 1,66 | 0,26 | 9,62 | 45,4 | 0,033 | 0,009 | | 0,43 | 6,0 |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 34,7 | 27,6 | 62,3 | 678,7 | 0,747 | 0,428 | 11,719 | 1,764 | 287,23 |
| ИТОГО | | | | 78,5 | 74,6 | 268,1 | 1873 | 1,486 | 2,493 | 55,281 | 10,981 | 842,61 |

5 день Пятница

| | Выход (гр) | Кол-во (граммы) | | Химический состав | | | Энергет ценно- сть калории | Витамины | | | Минералы | |
|--|---------------|--------------------|-------|-------------------|------|---------------|-------------------------------------|----------|-------|--------|----------|--------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | углево- ды | | В 1 | В 2 | С | Fe | Са |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша рисовая молочная | 200 | | | 6.1 | 9,97 | 26.8 | 107,1 | 0,175 | 0,207 | 0,945 | 0,571 | 193,17 |
| Кофе на молоке | 200 | | | 4,2 | 4.8 | 17,03 | 114.4 | 0,083 | 0,192 | 0,976 | 0,121 | 115,06 |
| Булка с маслом | 40/10/15 | | | 3.38 | 8,77 | 19,33 | 165,8 | 0,033 | 0,009 | | 0,346 | 8,4 |
| ВСЕГО ЗА | | | | 16.4 | 26,3 | 63,6 | 403,2 | 0,211 | 0,456 | 2,165 | 1,068 | 345.4 |
| 2-ой завтрак Сок | 100 | 100 | 100 | 0,86 | | 19 | 81 | 0,001 | 0,001 | 2,0 | 1,4 | 7,0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат розовый | 50 | | | 0.66 | 3.9 | 5.25 | 59.8 | 0,042 | 0,003 | 8,52 | 0,378 | 10,056 |
| Суп гороховый с мясом и гречками | 200/15 | | | 8,0 | 1,16 | 13,7 | 108,1 | 0,268 | 1,051 | 5,935 | 0,738 | 24,79 |
| Картофель тушеный с мясом | 220 | | | 12,4 | 20,3 | 30,8 | 212,3 | 0,932 | 0,291 | 15,537 | 2,17 | 82,68 |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | 0,16 | | 16.43 | 64,8 | 0,002 | 0,005 | 0,25 | 0,85 | 24,5 |
| Хлеб ржаной | 50 | 50 | 50 | 23,5 | 0,34 | 24,9 | 107,0 | 0,075 | 0,065 | | 1 | 14,5 |
| | | | | | | | | | | | | |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 25,2 | 26,0 | 100,7 | 597,1 | 0,819 | 1,442 | 29,892 | 5,17 | 156,7 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| | | | | 0,45 | 4,12 | 0,7 | 23,9 | 0,013 | 0,015 | 6,34 | 0,35 | 12,35 |
| Рыба под омлетом | 135 | | | | | | | | | | | |
| Плюшка | 70 | | | 4,43 | 3,46 | 23,83 | 120,0 | 0,003 | | | 0,48 | 6,3 |

| | | | | | | | | | | | | |
|---|-----|-----|-----|------|------|-------|--------|-------|-------|------------|------------|-------|
| ВСЕГО ЗА: | | | | 26,3 | 30,3 | 113,8 | 620,0 | 0,893 | 1,315 | 34,80 6 | 6,297 | 157,2 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| Омлет | 92 | | | 5,06 | 4,2 | 27,4 | 260,0 | 0,137 | 0,404 | 0,663 | 1,04 | 190,6 |
| Пирожок с капустой и яйцом(картошко й) | 100 | | | 14,2 | 7,5 | 26,8 | 193,9 | 0,047 | 0,063 | 14,08 8 | 0,261 | 87,17 |
| Чай | 200 | 200 | 200 | 7,6 | 7,0 | 9,0 | 124,0 | 0,128 | 0,009 | 22,78 | 1,84 | 54,82 |
| Кондитерка | | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 20 | 20 | 20 | 1,66 | 0,26 | 9,62 | 45,4 | 0,033 | 0,009 | | 0,43 | 6,0 |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 25,2 | 18,7 | 73,8 | 611,0 | 0,217 | 0,482 | 15,13 1 | 2,131 | 295,4 |
| ИТОГО | | | | 65,5 | 67,9 | 270,2 | 1723,2 | 1,37 | 2,48 | 57,1 | 10,32 5 | 870,5 |

7 день Вторник

| | Выход (гр) | Кол-во (граммы) | | Химический состав | | | Энергет ценно- сть калории | Витамины | | | Минералы | |
|-------------------------------|---------------|--------------------|-------|-------------------|------|--------------|-------------------------------------|----------|-------|-------|----------|------------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | углево ды | | В 1 | В 2 | С | Fe | Ca |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша из разных круп | 200 | | | 61,4 | 10,1 | 26,1 | 116,3 | 0,106 | 0,198 | 0,9 | 0,712 | 186,86 |
| Кофе на молоке | 200 | | | 4,2 | 4,8 | 17,03 | 114,4 | 0,083 | 0,192 | 0,976 | 0,121 | 115,0 6 |
| Булка с маслом | 40/9 | | | 3,38 | 8,77 | 19,33 | 165,8 | 0,033 | 0,009 | | 0,346 | 8,4 |
| ВСЕГО ЗА | | | | 13,7 | 23,7 | 62,5 | 396,3 | 0,139 | 0,213 | 1,56 | 1,578 | 205,8 |
| 2-ой завтрак Сок или фрукт | 100 | 100 | 100 | 0,86 | | 19 | 81 | 0,001 | 0,001 | 2,0 | 1,4 | 7,0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Огурец соленый | 35 | | | 0,36 | 3,99 | 7,71 | 83,1 | 0,012 | 0,003 | 4,2 | 0,22 | 2,46 |

| | | | | | | | | | | | | |
|-------------------------------------|--------|-----|-----|------|------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|
| Суп овощной на кур.бульоне | 200 | | | 4,04 | 7,37 | 23,0 | 175,0 | 0,1 | 1,095 | 7,304 | 0,722 | 69,906 |
| Макароны | 100 | | | 13,8 | 10,3 | 24,3 | 167,4 | 0,421 | 0,532 | 16,276 | 2,43 | 80,480 |
| Гуляш из кур | 80 | | | 1,2 | 6,9 | 7,1 | 95,9 | | | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | 0,16 | | 16,43 | 64,8 | 0,002 | 0,005 | 0,25 | 0,85 | 24,5 |
| Хлеб ржаной | 50 | 50 | 50 | 23,5 | 0,34 | 24,9 | 107,0 | 0,075 | 0,065 | | 1 | 14,5 |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 22,4 | 22,3 | 106,0 | 642,7 | 0,61 | 1,727 | 28,06 | 5,26 | 209,3 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| Творожно-рисовый пудинг с прягодами | 160/30 | | | 20,7 | 11,6 | 33,4 | 382,3 | 0,148 | 0,158 | 20,835 | 0,424 | 156,9 |
| Печенье | 25 | | | 14,2 | 7,5 | 26,8 | 193,9 | 0,047 | 0,063 | 14,088 | 0,261 | 87,17 |
| Напиток из сока | 200 | 200 | 200 | 7,6 | 7,0 | 9,0 | 124,0 | 0,128 | 0,009 | 22,78 | 1,84 | 54,82 |
| Салат из свеклы с яблоком | 60 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 20 | 20 | 1,66 | 0,26 | 9,62 | 45,4 | 0,033 | 0,009 | | 0,43 | 6,0 |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 27,7 | 18,5 | 66,6 | 618,3 | 0,299 | 0,436 | 29,794 | 2,741 | 367,01 |
| | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО | | | | 64,7 | 64,5 | 244,1 | 1738,7 | 1,058 | 2,386 | 53,41 | 10,977 | 789,26 |

8 день Среда

| | Выход (гр) | Кол-во (граммы) | | Химический состав | | | Энергетическая ценность калории | Витамины | | | Минералы | |
|----------------|------------|-----------------|-------|-------------------|------|----------|---------------------------------|----------|-----|---|----------|----|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | углеводы | | В 1 | В 2 | С | Fe | Ca |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |

| | | | | | | | | | | | | |
|--|-------|-----|-----|------|------|-------|--------|-------|-------|--------|--------|--------|
| Каша пшеничная | 200 | | | 6,6 | 10,3 | 24,7 | 117,4 | 0,127 | 0,395 | 0,603 | 0,99 | 185,65 |
| Кофе на молоке | 200 | | | 4,2 | 4,8 | 17,03 | 114,4 | 0,083 | 0,192 | 0,976 | 0,121 | 115,06 |
| Булка с маслом | 40/10 | | | 3,38 | 8,77 | 19,33 | 165,8 | 0,033 | 0,009 | | 0,346 | 8,4 |
| ВСЕГО ЗА | | | | 16,9 | 26,6 | 61,0 | 413,5 | 0,16 | 0,41 | 1,263 | 1,856 | 205,6 |
| 2-ой завтрак Сок(Фрукт) | 100 | 100 | 100 | 0,86 | | 19 | 81 | 0,001 | 0,001 | 2,0 | 1,4 | 7,0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Салат из кв.капусты | 40 | | | 0,55 | 3,96 | 5,84 | 61,3 | 0,016 | 0,019 | 14,398 | 0,57 | 27,741 |
| Суп Снежок с курицей | 200 | | | 4,4 | 7,3 | 22,4 | 180,35 | 0,41 | 0,708 | 6,8 | 0,912 | 26,48 |
| Картофельная запеканка с отварным мясом | 220 | | | 114 | 2,9 | 23,3 | 179,3 | 0,123 | 0,384 | 9,407 | 3,249 | 157,13 |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | 0,16 | | 16,43 | 64,8 | 0,002 | 0,005 | 0,25 | 0,85 | 24,5 |
| Хлеб ржаной | 50 | 50 | 50 | 23,5 | 0,34 | 24,9 | 107,0 | 0,075 | 0,065 | | 1 | 14,5 |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 20,5 | 14,8 | 102,5 | 638,3 | 0,884 | 1,657 | 45,605 | 5,731 | 224,3 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| Ежики рыбные | 100 | | | 13,8 | 13,9 | 12,3 | 280,0 | 0,175 | 0,167 | 0,033 | 3,729 | 49,7 |
| Печенье | | | | | | | | | | | | |
| Чай | 200 | | | 0,04 | | 19,34 | 94,0 | 0,025 | 0,171 | 0,831 | 1,797 | 161,43 |
| Тушенная морковь | 80 | | | | | | | | | | | |
| Хлеб пшеничный | 30 | 20 | 20 | 1,66 | 0,26 | 9,62 | 45,4 | 0,033 | 0,009 | | 0,43 | 6,0 |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 24,9 | 17,9 | 74,7 | 646,6 | 0,233 | 0,347 | 10,214 | 4,901 | 226,12 |
| ИТОГО | | | | 63,2 | 59,3 | 256,2 | 1780 | 1,297 | 2,444 | 62,18 | 675,16 | |

9 день Четверг

| | Выход (гр) | Кол-во (граммы) | | Химический состав | | | Энергет ценно- сть калории | Витамины | | | Минералы | |
|--|---------------|--------------------|-------|-------------------|------|---------------|-------------------------------------|----------|-------|--------|----------|--------|
| | | брутто | нетто | белки | жиры | углево- ды | | В 1 | В 2 | С | Fe | Ca |
| Завтрак | | | | | | | | | | | | |
| Каша Ассорти | 200 | | | 7,15 | 10,2 | 33,6 | 127,8 | 0,142 | 0,301 | 0,18 | 0,316 | 100,82 |
| Кофе на молоке | 200 | | | 4,2 | 4,8 | 17,03 | 114,4 | 0,083 | 0,192 | 0,976 | 0,121 | 115,06 |
| Булка с маслом | 40/10 | | | 3,38 | 8,77 | 19,33 | 165,8 | 0,033 | 0,009 | | 0,346 | 8,4 |
| ВСЕГО ЗА | | | | 17,45 | 26,5 | 69,9 | 423,9 | 0,275 | 0,58 | 1,426 | 1,76 | 392,02 |
| 2-ой завтрак Сок | 100 | 100 | 100 | 0,86 | | 19 | 81 | 0,001 | 0,001 | 2,0 | 1,4 | 7,0 |
| Обед | | | | | | | | | | | | |
| Свекла долька | 50 | | | 1,18 | 1,1 | 2,3 | 32,2 | 0,013 | 0,024 | 0,883 | 0,811 | 1,914 |
| Щи с мясом и сметаной | 200 | | | 1,73 | 0,09 | 12,88 | 106,7 | 0,268 | 1,107 | 4,23 | 0,811 | 31,32 |
| Мясные зразы | 100 | | | 9,9 | 11,5 | 20,7 | 263,4 | 0,335 | 0,371 | 15,147 | 2,147 | 186,9 |
| Картофельное пюре | 140 | | | 1,2 | 6,9 | 7,1 | 95,9 | | | | | |
| Компот из сухофруктов | 200 | | | 0,16 | | 16,43 | 64,8 | 0,002 | 0,005 | 0,25 | 0,85 | 24,5 |
| Хлеб ржаной | 50 | 50 | 50 | 23,5 | 0,34 | 24,9 | 107,0 | 0,075 | 0,065 | | 1 | 14,5 |
| | | | | | | | | | | | | |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 16,0 | 13,4 | 86,8 | 619,5 | 0,711 | 1,575 | 22,759 | 5,76 | 279,4 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| Творожное суфле со сметанным соусом | 150/30 | | | 21,4 | 14,2 | 33,7 | 337,3 | 0,071 | 0,1 | 1,913 | 0,851 | 46,19 |
| Булочка домашняя | 70 | | | 6,43 | 7,0 | 9,0 | 124,0 | 0,056 | 0,032 | 13,3 | 0,42 | 25,82 |
| Кисель из пр. | 200 | | | 14,2 | 7,5 | 26,8 | 193,9 | 0,047 | 0,063 | 14,08 | 0,261 | 87,17 |

| | | | | | | | | | | | | |
|----------------------------|-------------|----|----|------|-------|-------|--------|-------|-------|------------|-------|------------|
| ВСЕГО ЗА: | | | | 21,9 | 17,11 | 96,4 | 607,5 | 0,79 | 1,375 | 15,94 | 4,86 | 139,8 |
| Уплотненный полдник | | | | | | | | | | | | |
| Биточек рыбный | 105 | | | 154 | 5,2 | 21,2 | 323,0 | 0,165 | 0,206 | 36,48 | 1,91 | 123,0 |
| Свекла тушеная | 80 | | | | | | | | | | | |
| Чай .Яйцо | 200 / 50 | | | 0,04 | | 19,34 | 94,0 | 0,025 | 0,171 | 0,831 | 1,797 | 161,4 3 |
| Хлеб пшеничный | 30 | 20 | 20 | 1,66 | 0,26 | 9,62 | 45,4 | 0,033 | 0,009 | | 0,43 | 6,0 |
| ВСЕГО ЗА: | | | | 20,5 | 9,5 | 86,3 | 628,0 | 0,439 | 0,83 | 39,65 | 3,303 | 440,2 4 |
| | | | | | | | | | | | | |
| ИТОГО | | | | 59,9 | 52,8 | 265,7 | 1739,1 | 1,527 | 2,54 | 69,91 8 | 9,44 | 876,2 4 |