

МЕНЮ 2 – 3 лет

Неделя: первая

1 день – Понедельник

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюد)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Вита
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
№16/4	Каша пшеничная с маслом сливочным	150	4,9	1,76	4,47	0,99	23,43	156,34	0,
№32/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	80,61	0,
№ 3/13	Хлеб с маслом	30/5	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	92,91	0,0
	Итого за прием	365	12,56	7,04	13,59	1,23	50,28	329,86	0,8
2 завтрак									
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
	Итого за прием	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
Обед									
№6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	40	0,52	0	2,03	2,03	3,02	60,6	1,45
№22/2	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	150	4,43	2,92	6,48	4,21	10,1	84,8	0,34
№5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	60	11,07	10,02	6,03	2,2	10,94	144,62	0,3
№32/3	Рагу из овощей	120	2,1	0,26	5,92	0,17	12,95	118,61	5,79
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0	0,02	0,01	13,44	56,55	0,12
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0
	Итого за прием	560	21,13	13,2	20,96	9,1	63,81	542,53	8,00
Полдник									
№8/12	Сдоба обыкновенная	60	2,16	0	0,26	0,26	13,78	101,3	0
№11.10	Кисель из концентрата (плодово-ягодного)	140	0,02	0,02	0	0	23,07	92,42	0
	Итого за прием	200	2,18	0,02	0,26	0,26	44,54	214,56	0
Ужин									
№43 2/3	Макароны с сыром	150	3,94	0,03	2,99	0,47	2,43	140,97	0
№30/10	Чай с молоком	180	1,26	1,31	1,28	0,01	10,1	55,09	0,24
№3/16	Хлеб пшеничный	20	2,02	0	0,18	0,18	12,76	62,32	0,19
	Итого за прием	350	7,22	1,34	4,45	0,66	25,29	258,38	0,43
	Итого за день	1575	43,49	21,6	39,34	11,25	192	1431,33	11,28

МЕНЮ 2-3 лет

Неделя: первая

2 день - Вторник

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г	Жиры, г			Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в жив.	т.ч.	всего			
Завтрак									
№5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,98	1,76	3,81	0,24	20,64	134,92	0,31
№36/10	Какао с молоком	180	2,41	2,21	2,39	0,04	10,02	76,4	0,3
№2/13	Хлеб с маслом	20/5	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	72,82	0,07
	Итого за прием	355	11,34	6,64	12,73	0,52	45,49	284,14	0,68
2 Завтрак									
№11/13	Кефир	100	3	3,19	3,1	0	4,01	85,6	0,5
	Итого за прием	100	3	3,19	3,1	0	4,01	85,6	0,5
Обед									
№ 44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	40	0,55	0	2,06	2,06	3,67	36,76	3,48
№38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной, с мясом говядины	150	2,87	1,98	4,15	2,34	6,05	86,91	3,47
№18/7	Гёфтели рыбные в соусе	60/50	4,11	3,62	1,98	0,98	4,05	74,92	0,18
№1/3	Картофель отварной	130	1,42	0,12	4,13	0,09	9,22	96,79	1,86
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0	0,02	0,01	13,44	56,55	0,12
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0
	Итого за прием	620	11,96	5,72	12,82	5,96	49,79	429,28	9,11
Полдник									
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
№ 3/21	Кондитерские изделия	26	2,16	0	0,26	0,26	13,78	68,818	0
	Итого за прием	126	2,56	0	0,34	0,26	21,86	136,818	2
Ужин									
№64/3	Запеканка капустная с мясом говядины	150	4,79	0,12	5,89	1,6	19,63	164,50	28,07
№3/17	Фрукты	100	0,94	0	0,88	1	22,3	112,54	25
№3/16	Хлеб пшеничный	25	1,9	0	0,2	0,2	12,3	61,31	0
№30/10	Чай сладкий	160	0,04	0	0,01	0,01	6,74	31,2	0
	Итого за прием	435	7,67	0,12	6,98	2,81	60,97	369,55	53,07
	Итого за день	1636	36,53	15,67	35,97	9,55	182,12	1305,388	65,36

МЕНЮ 2-3 лет

Неделя: первая

3 день- Среда

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
№7/4	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	130	4,53	2,2	4,36	0,38	31,76	134,80	0,39
№32/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	80,61	0,47
№ 3/13	Хлеб с маслом и сыром	30/5/10	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	141,65	0,07
	Итого за прием	355	12,19	7,48	13,48	0,62	58,61	357,06	0,93
Второй завтрак									
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
	Итого за прием	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
Обед									
№2/1	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	40	0,68	0	2,78	2,78	9,78	64,37	1,97
№2/2	Борщ со сметаной с мясом говядины	150	3,87	2,87	5,13	2,92	6,01	88,29	6,87
№3/8	Мясо говядины, тушенное с овощами	180	10,49	9,02	12,45	4,55	16,84	252,28	9,08
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0	0,02	0,01	13,44	56,55	0,12
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0
	Итого за прием	560	18,05	11,89	20,86	10,74	59,43	538,84	18,04
Полдник									
№ 3/21	Кондитерское изделие(пряник,печенье)	20	4,8	4,2	3,6	3,6	7,8	138,00	2,99
№38/10	Молоко кипяченое	180	3,8	3,8	3,2	3,2	7,2	108	2,7
	Итого за прием	200	8,6	8	6,8	6,8	15	246	5,69
Ужин									
№13/5	Запеканка из творога с повидлом	195	20,51	20,09	17,64	3,15	45,1	421,91	1,14
№3/16	Хлеб пшеничный	20	2,02	0	0,18	0,18	12,76	62,32	0,19
№27/10	Чай	180	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	0,12
	Итого за прием	395	22,57	20,09	17,83	3,34	66,85	96,52	1,45
	Итого за день	1610	61,81	47,46	59,05	21,5	207,97	1324,42	28,11

МЕНЮ 2-3 лет

Неделя: первая

4 день- Четверг

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г			Жиры, г			Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в жив.	т.ч.	всего	в раст.	т.ч.			
Завтрак											
№2/4	Каша гречневая молочная с маслом сливочным	130	5,97	2,35		5,26	0,52	30,73	165,10	0,42	
№36/10	Какао с молоком	180	2,41	2,21		2,39	0,04	10,02	76,4	0,3	
№2/13	Хлеб с маслом	35/5	4,86	2,58		6,17	0,24	1,97	153,33	0	
	Итого за прием	350	13,24	7,14		13,82	0,8	42,72	394,83	0,72	
Второй завтрак											
№11/13	Напиток кисломолочный «Снежок»	100	3	3,19		3,1	0	4,01	85,6	0,5	
	Итого за прием	100	3	3,19		3,1	0	4,01	85,6	0,5	
Обед											
№41/1	Салат из отварного картофеля с соленым огурцом, репчатым луком и растительным маслом	60	1,26	0,83		2,95	2,53	3,28	68,4	2,65	
№11/2	Рассольник с крупой и сметаной с мясом говядины	150	3,9	2,87		5,21	3,01	8,7	100,32	3,75	
№ 2/9	Биточки из мяса кур	60	8,51	8,81		9,19	0,03	1,45	122,83	0,4	
№16/3	Свекла тушенная в сметанном соусе	110	10,61	11,17		11,17	4,7	1,97	176,09	6,32	
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0		0,02	0,01	13,44	56,55	0,12	
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0		0,48	0,48	13,36	77,35	0	
	Итого за прием	570	27,29	23,68		29,02	10,76	42,2	601,54	13,24	
Полдник											
№ 3/22	Сок	150	0,5	0		0,1	0	10,1	144,00	2	
№8/12	Сдоба обыкновенная	60	5,36	0,84		4	3,68	33,09	104,8	0,1	
	Итого за прием	210	5,86	0,84		4,1	3,68	43,19	248,8	2,1	
Ужин											
№21/7	Суфле из рыбы	60	8,88	9,28		2,56	0,03	1,97	66,56	0,05	
№3/3	Картофельное пюре с морковью	120	2,45	0,54		3,56	0,35	14,81	105,91	7,11	
№3/16	Хлеб пшеничный	25	2,01	0		0,18	0,18	12,76	69,56	0	
№27/10	Чай	180	0,04	0		0,01	0,01	8,99	34,2	0,12	
№3/17	Фрукты	100	0,94	0		0,88	1	22,3	112,54	25	
	Итого за прием	485	14,32	9,82		7,19	1,57	60,83	388,77	32,28	
	Итого за день	1735	63,71	44,67		57,23	16,81	192,95	1719,54	48,84	

МЕНЮ 2-3 лет

Неделя: первая

5 день - Пятница

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
№2/6	Омлет натуральный	130	2,74	1,94	3,41	0,32	17,23	128,14	0,49
№32/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	80,61	0,47
№ 3/13	Хлеб с маслом и сыром	30/5/10	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	141,65	0,07
	Итого за прием	355	10,4	7,22	12,53	0,56	44,08	350,4	1,03
Второй завтрак									
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
	Итого за прием	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
Обед									
№33/1	Салат из отварной свеклы и моркови с растительным маслом	40	1,16	0,63	2,45	2,43	2,98	59,4	2,45
№14/2	Суп картофельный с крупой с мясом говядины	150	3,9	2,87	5,21	3,01	8,7	100,32	3,75
№13/8	Гуляш из отварного мяса говядины	60	8,18	8,45	8,16	0,05	1,24	127,49	0,23
№43/3	Каша рисовая рассыпчатая	120	2,45	0,03	2,24	0,35	24,75	133,31	0
№3/10	Компот из яблок	180	0,27	0	0,02	0,01	12,46	52,00	0,14
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0
	Итого за прием	590	18,6	11,98	18,56	6,33	63,49	549,87	6,57
Полдник									
№38/10	Молоко кипяченое	190	5,88	5,88	6,72	6,72	9,87	121,8	0,08
№ 3/21	Кондитерские изделия	20	2,16	0	0,26	0,26	13,78	68,82	0
	Итого за прием	210	8,04	5,88	6,98	6,98	23,65	190,62	0,08
Ужин									
№20/5	Суфле творожное с повидлом	195	18,55	19,05	9,34	1,92	22,41	328,4	0
№3/16	Хлеб пшеничный	20	2,02	0	0,18	0,18	12,76	62,32	0,19
№30/10	Чай сладкий	180	0,09	0	0,02	0,02	10,14	40,10	0
	Итого за прием	395	20,66	19,05	9,54	2,12	45,31	430,82	0,19
	Итого за день	1650	58,1	44,13	47,69	15,99	184,61	1607,71	9,87

МЕНЮ 2-3 лет

Неделя: вторая

6 день – Понедельник

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюد)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг	
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.				
Завтрак										
№5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	130	3,97	2,5	4,76	0,5	15,47	138,3	0,59	
№32/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	80,61	0,47	
№2/13	Хлеб с маслом и яйцом	30/5/20	4,86	2,58	6,17	0,24	14,97	137,98	0	
	Итого за прием	355	11,54	7,69	13,52	0,8	42,46	356,89	1,06	
Второй завтрак										
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2	
	Итого за прием	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2	
Обед										
№16/1	Салат из моркови с растительным маслом	40	0,49	0	3,47	3,47	6,29	62,54	2,21	
№ 6/2	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом говядины	150	3,72	2,87	3,89	1,5	4,59	70,76	7,78	
№ 17/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные с молочным соусом	60/50	6,78	6,37	5,9	1,02	6,25	106,07	0,6	
№43/3	Макароны отварные	120	3,94	0,03	2,99	0,47	23,43	140,97	0	
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0	0,02	0,01	13,44	56,55	0,12	
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0	
	Итого за прием	610	17,94	9,27	16,75	6,95	67,36	514,24	10,71	
Полдник										
№8/12	Сдоба обыкновенная	60	6,44	6,44	11,65	0	0,26	92,56	0	
№11.10	Кисель из концентрата (плодово-ягодного)	150	5,88	5,88	6,72	6,72	9,87	121,8	0,08	
	Итого за прием	210	12,32	12,32	18,37	6,72	10,13	214,36	0,08	
Ужин										
№ 39/3	Запеканка морковная с повидлом	160	4,39	1,24	6,88	2,15	28,05	179,34	0	
№3/17	Фрукты	100	2,28	0	0,24	0,24	14,76	66,8	0	
№30/10	Чай с молоком	180	7,54	5,39	7,07	4,32	22,19	179,52	0,09	
№3/16	Хлеб пшеничный	20	2,28	0	0,24	0,24	14,76	73,56	0	
	Итого за прием	460	16,49	6,63	14,43	6,95	79,76	499,22	0,09	
	Итого за день	1735	58,69	35,91	63,15	21,42	207,79	1670,71	13,94	

МЕНЮ 2-3 лет

Неделя: вторая

7 день - Вторник

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
№ 15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	130	5,97	2,35	5,26	0,52	30,73	146,1	0,42
№36/10	Какао с молоком	180	2,41	2,21	2,39	0,04	10,02	76,4	0,3
№2/13	Хлеб с маслом	30/5	4,86	2,58	6,17	0,24	14,97	153,33	0
	Итого за прием	335	13,24	7,14	13,82	0,8	55,72	375,83	0,72
Второй завтрак									
№11/13	Кефир	100	3	3,19	3,1	0	4,01	85,6	0,5
	Итого за прием	100	3	3,19	3,1	0	4,01	85,6	0,5
Обед									
№18/1	Салат из отварного картофеля ,кукурузы и репчатого лука и растительным маслом	40	0,58	0	2,48	2,48	8,78	68,36	1,21
№2/7	Свекольник со сметаной с мясом говядины	150	3,83	2,87	5,15	2,94	8,15	96,98	3,8
№52/8	Суфле из печени	80	10,09	10,53	10,53	5,36	2,05	144,04	7,32
№ 40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	120	4,89	0,02	4,47	1,26	26,25	108,72	0,54
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0	0,02	0,01	13,44	56,55	0,12
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0
	Итого за прием	580	22,4	13,42	23,13	12,53	72,03	552	12,99
Полдник									
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
№ 3/21	Кондитерские изделия	20	2,16	0	0,26	0,26	13,78	68,818	0
	Итого за прием	120	2,56	0	0,34	0,26	8,08	154,818	2
Ужин									
№12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	60	8,09	8,6	2,21	0,02	1,86	176,2	0,05
№ 48/3	Горошница с морковью	120	1,94	0,42	3,11	0,21	15,09	179,76	6,2
№3/16	Хлеб пшеничный	20	2,28	0	0,24	0,24	14,76	73,56	0
№27/10	Чай	180	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	0,12
	Итого за прием	380	12,35	9,02	5,57	0,48	40,7	463,72	6,37
	Итого за день	1515	53,55	32,77	45,96	14,07	180,54	1631,968	22,58

МЕНЮ 2-3 лет

Неделя :вторая

8 день – Среда

Но-мер ре-ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
№8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	130	4,53	2,2	4,36	0,38	31,76	134,80	0,39
№32/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	80,61	0,47
№2/13	Хлеб с маслом	20/5	4,86	2,58	6,17	0,24	14,97	153,33	0
	Итого за прием	335	12,1	7,39	13,12	0,62	58,75	368,74	0,86
2 Завтрак									
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
	Итого за прием	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
Обед									
№35/1	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	40	0,37	0	2,47	2,47	1,74	31,71	0,72
№11/2	Рассольник с крупой и сметаной с мясом говядины	150	3,9	2,87	5,21	3,01	8,7	100,32	3,75
№ 6/8	Рагу из мяса свинины	150	12,69	10,79	10,78	1,21	9,53	95,80	0,24
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0	0,02	0,01	13,44	56,55	0,12
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0
	Итого за прием	530	19,97	13,66	18,96	7,18	46,77	361,73	4,83
Полдник									
№ 3/21	Кондитерское изделие(пряник,печенье)	20	4,8	4,2	3,6	3,6	7,8	138,00	2,99
№38/10	Молоко кипяченое	180	3,8	3,8	3,2	3,2	7,2	108	2,7
	Итого за прием	200	8,6	8	6,8	6,8	15	246	5,69
Ужин									
№6/5	Сырники с повидлом	195	1,33	0,7	8,33	9,01	14,07	186,2	3,61
№3/16	Хлеб пшеничный	30	2,28	0	0,24	0,24	14,76	73,56	0
№30/10	Чай с молоком	160	0,96	0,86	0,78	0,01	10,1	52,09	0
	Итого за прием	385	4,57	1,56	9,35	9,26	38,93	311,85	3,61
	Итого за день	1550	45,64	30,61	48,31	23,86	167,53	1374,32	16,99

МЕНЮ 2-3 лет

Неделя: вторая

День - Четверг

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюды)	Выход, г	Белки, г			Жиры, г			Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в жив.	т.ч.	всего	в раст.	т.ч.			
Завтрак											
№2/6	Омлет натуральный	130	2,74	1,94	3,41	0,32	17,23	128,14	0,49		
№36/10	Какао с молоком	180	2,41	2,21	2,39	0,04	10,02	76,4	0,3		
№ 3/13	Хлеб с маслом и сыром	30/5/10	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	141,65	0,07		
	Итого за прием	355	10,1	6,82	12,33	0,6	42,08	346,19	0,86		
Второй завтрак											
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2		
	Итого за прием	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2		
Обед											
№3/1	Салат из белокочанной капусты с растительным маслом	40	0,49	0	1,98	1,98	3,22	33,38	12,13		
№2/2	Борщ со сметаной с мясом говядины	150	3,87	2,87	5,13	2,92	6,01	109,8	5,45		
№4/9	Плов из мяса кур	180	12,61	13,17	13,17	6,7	2,57	186,09	7,32		
№3/10	Компот из яблок	180	0,27	0	0,02	0,01	12,46	52,00	0,14		
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0		
	Итого за прием	590	19,88	16,04	20,78	12,09	37,62	458,62	25,04		
Полдник											
№11/13	Напиток кисломолочный «Снежок»	100	3	3,19	3,1	0	,01	85,6	0,5		
№ 3/21	Кондитерские изделия	20	4,8	4,2	3,6	3,6	7,8	138,00	2,99		
	Итого за прием	120	7,8	7,39	6,7	3,6	7,8	223,6	3,49		
Ужин											
№12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	60	8,14	7,98	1,14	0,07	4,57	61,89	0,15		
№3/3	Картофельное пюре с морковью	120	2,45	0,54	3,56	0,35	14,81	105,91	7,11		
№3/16	Хлеб пшеничный	20	2,02	0	0,18	0,18	12,76	62,32	0,19		
№27/10	Чай	180	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	0,12		
	Итого за прием	380	12,65	8,52	4,89	0,61	41,13	264,32	7,57		
	Итого за день	1545	50,83	38,77	44,78	16,9	136,71	1378,73	38,96		

МЕНЮ 2-3 лет *

Неделя :вторая

10 день – Пятница

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин С, мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
	Завтрак								
№18/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,79	1,77	5,56	1,67	20,4	134,10	0,31
№32/10	Кофейный напиток с молоком	180	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	80,61	0,47
№ 3/13	Хлеб с маслом и сыром	35/5/10	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	72,82	0,07
	Итого за прием	380	12,45	7,05	14,68	1,91	47,25	287,53	0,85
	<i>2 Завтрак</i>								
№ 3/22	Сок (100)	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
	Итого за прием	100	0,4	0	0,08	0	8,08	86,0	2
	<i>Обед</i>								
№16/1	Салат из моркови с растительным маслом	40	0,42	0	1,43	1,43	2,82	36,4	1,24
№14/2	Суп картофельный с крупой с мясом говядины	150	3,87	2,87	5,13	2,92	6,01	109,8	5,45
№17/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные с молочным соусом	60/50	8,76	7,38	6,76	1,01	7,12	127,40	0,13
№11/3	Капуста тушеная	120	2,33	0	1,9	2,17	9,05	67,41	20,87
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0	0,02	0,01	13,44	56,55	0,12
№3/16	Хлеб ржаной	40	2,64	0	0,48	0,48	13,36	77,35	0
	Итого за прием	500	18,39	10,25	15,72	8,02	51,8	474,91	27,81
	<i>Полдник</i>								
№38/10	Молоко кипяченое	180	3,2	3,2	2,8	2,8	6,4	92,3	0,18
№3/16	Ватрушка с творогом	65	8,54	6,39	8,07	5,32	26,19	129	0,12
	Итого за прием	245	11,74	9,59	10,87	8,12	32,59	221,3	0,30
	<i>Ужин</i>								
№6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	130	4,39	0,92	6,88	1,75	28,05	174,34	1,12
№3/16	Хлеб пшеничный	20	2,02	0	0,18	0,18	12,76	62,32	0,19
№27/10	Чай	180	0,02	0	0,01	0,01	6,99	29,2	0,98
№3/17	Фрукты	100	0,7	0	0,73	0,82	18,29	133,02	8,2
	Итого за прием	430	7,13	0,92	7,8	2,76	66,09	398,88	10,49
	Итого за день	1655	50,11	27,81	49,15	20,81	205,81	1468,62	41,45

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430526

Владелец Денисова Оксана Алексеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025