

МЕНЮ 3 – 7 лет

Неделя: первая

1 день – Понедельник

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле-воды, г	ЭЦ, ккал	Витамин мг
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
№16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	150	4,79	1,77	5,56	1,67	20,4	154,73	0,31
№32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,9	2,88	0,07	13,36	96,00	0,52
№ 3/13	Хлеб с маслом	40/5	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	92,91	0,07
	Итого за прием	405	12,75	7,34	14,97	1,98	48,59	343,64	0,9
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	60	0,52	0	2,03	2,03	3,02	60,6	1,45
№22/2	Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур	200	4,43	2,92	6,48	4,21	10,1	84,8	0,34
№5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	11,07	10,02	6,03	2,2	10,94	144,62	0,3
№32/3	Рагу из овощей	140	2,1	0,26	5,92	0,17	12,95	118,61	5,79
№6/10	Компот из сухофруктов	200	0,44	0	0,03	0,03	16,44	88,04	0
№3/16	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	16,7	96,69	0
	Итого за прием	710	21,86	13,2	21,09	9,24	70,15	593,36	7,88
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)	190	0,02	0,02	0	0	30,76	113,26	0
	Итого за прием	250	2,18	0,02	0,26	0,26	44,54	214,56	0
Ужин									
№43 -2/3	Макароны с сыром	200	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	2,28	0	0,24	0,24	14,76	70,32	0
	Итого за прием	400	7,48	1,34	4,51	0,72	27,29	266,38	0,24
	Итого за день	1855	44,67	21,9	40,91	12,2	198,65	1503,94	11,02

МЕНЮ 3-7 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			
	<i>Завтрак</i>								
№5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	4,79	1,77	5,56	1,67	20,4	134,10	0,31
№36/10	Какао с молоком	200	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	86,4	0,33
№2/13	Хлеб с маслом и яйцом	25/5	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	72,82	0,07
	Итого за прием	380	12,45	7,05	14,68	1,97	47,25	293,32	0,71
	<i>2 Завтрак</i>								
№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
	<i>Обед</i>								
№ 44/1	Салат из отварного картофеля, кукурузы и репчатого лука с растительным маслом	60	0,52	0	2,03	2,03	3,02	40,4	,45
№38/2	Суп крестьянский с крупой со сметаной, с мясом говядины	200	3,87	2,87	5,15	2,94	7,05	92,91	4,47
№18/7	Тефтели рыбные в соусе	80/50	5,11	4,62	2,78	1,02	5,05	84,92	0,28
№1/3	Картофель отварной	150	1,82	0,22	5,13	0,14	11,22	102,79	2,22
№6/10	Компот из сухофруктов	150	0,37	0	0,02	0,01	13,44	66,31	0,12
№3/16	Хлеб ржаной	50	2,64	0	0,48	0,48	13,36	78,24	0
	Итого за прием	740	14,33	7,71	15,59	6,62	53,14	465,57	7,54
	<i>Полдник</i>								
№ 3/22	Сок (100)	150	0,4	0	0,08	0	8,08	68,0	2
№ 3/21	Кондитерские изделия	26	2,16	0	0,26	0,26	13,78	68,818	0
	Итого за прием	176	2,56	0	0,34	0,26	21,86	136,818	2
	<i>Ужин</i>								
№64/3	Запеканка капустная с мясом говядины	160	5,19	0,16	6,99	1,9	21,63	178,50	30,07
№3/17	Фрукты	100	0,94	0	0,88	1	22,3	112,54	25
№3/16	Хлеб пшеничный	35	1,9	0	0,2	0,2	12,3	61,31	0
№30/10	Чай сладкий	200	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	0
	Итого за прием	495	8,07	0,16	8,08	3,11	65,22	486,55	55,07
	Итого за день	1891	40,41	18,11	41,79	11,96	191,48	1667,858	65,82

МЕНЮ 3- 7 лет

Неделя: вторая

8 день- Среда

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										
№7/4	Каша рисовая молочная с маслом сливочным	150	4,53	2,2	4,36	0,38	31,76	134,80	0,39	
№32/10	Кофейный напиток с молоком	200	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	86,4	0,33	
№ 3/13	Хлеб с маслом и сыром	40/5/10	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	72,82	0,07	
	Итого за прием	405	12,19	7,48	13,48	0,68	58,61	294,02	0,79	
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	60	0,78	0	2,98	2,98	11,78	78,37	2,21	
№2/2	Борщ со сметаной с мясом говядины	200	4,42	2,92	6,45	4,18	8,61	113,96	9,85	
№3/8	Мясо говядины, тушенное с овощами	200	15,86	14,14	16,45	6,53	19,81	256,82	10,68	
№6/10	Компот из сухофруктов	200	0,44	0	0,03	0,03	16,44	88,04	0,16	
№3/16	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	16,7	96,69	0	
	Итого за прием	710	8,94	17,06	26,51	14,32	73,34	633,88	22,9	
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	230	2,16	0	0,26	0,26	13,78	118,818	0	
	Итого за прием	250	6,96	4,2	3,86	3,86	21,58	256,818	2,99	
Ужин										
№13/5	Запеканка из творога с повидлом	200	23,35	20,09	19,95	3,57	21,65	244,14	0,94	
№3/16	Хлеб пшеничный	30	2,28	0	0,24	0,24	14,76	70,32	0,26	
№27/10	Чай	180	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	0,12	
	Итого за прием	410	25,67	20,09	20,2	3,82	36,41	348,66	1,32	
	Итого за день	1875	54,16	48,83	64,13	22,68	198,02	1619,378	30	

МЕНЮ

Неделя: вторая

9 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	150	5,97	2,35	5,26	0,52	30,73	165,10	0,42
№36/10	Какао с молоком	200	3,49	2,61	3,14	0,68	2,61	78,75	0,52
№2/13	Хлеб с маслом	35/5	4,86	2,58	6,17	0,24	1,97	153,33	0
	Итого за прием	390	14,32	7,54	14,57	1,44	35,31	397,18	390
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	200	4,37	2,92	6,48	4,22	11,68	126,04	5,45
№ 2/9	Биточки из мяса кур	80	12,16	13,12	2,07	175,47	12,16	12,16	13,12
№16/3	Свекла тушенная в сметанном соусе	140	12,61	13,17	13,17	6,7	2,57	180,09	7,32
№6/10	Компот из сухофруктов	200	0,37	0	0,02	0,01	13,44	66,31	0
№3/16	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	16,7	96,69	0
	Итого за прием	730	34,07	30,04	25,29	189,53	59,83	549,69	730
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	210
Ужин									
№21/7	Суфле из рыбы	80	8,14	7,98	1,14	0,07	4,57	104,93	0,15
№3/3	Картофельное пюре с морковью	140	2,45	0,54	3,56	0,35	14,81	97,1	7,11
№3/16	Хлеб пшеничный	35	2,28	0	0,24	0,24	14,76	70,32	0
№27/10	Чай	200	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	555	13,85	8,52	5,83	1,67	65,43	419,09	555
	Итого за день	1985	71,1	50,13	52,89	196,32	207,77	1700,36	1985

МЕНЮ 3-7 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	150	3,74	2,24	4,41	0,38	19,23	137,14	0,59
№32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,9	2,88	0,07	13,36	128,00	0,52
№ 3/13	Хлеб с маслом и сыром	35/5/10	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	92,91	0,07
	Итого за прием	400	11,7	7,81	13,82	0,69	47,42	358,05	400
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	60	1,26	0,83	2,95	2,53	3,28	68,4	2,65
№14/2	Суп картофельный с крупой с мясом говядины	200	7,24	5,88	4,11	4,34	12,97	121,9	6,95
№13/8	Гуляш из отварного мяса говядины	80	10,18	10,45	10,16	0,05	2,24	142,49	0,34
№43/3	Каша рисовая рассыпчатая	140	3,67	0,03	3,36	0,52	37,12	124,01	0
№3/10	Компот из яблок	200	0,37	0	0,02	0,01	13,44	60,00	0,16
№3/16	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	16,7	96,69	0
	Итого за прием	730	26,02	17,19	21,18	8,04	72,31	613,49	730
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	68,818	0
	Итого за прием	210	8,04	5,88	6,98	6,98	23,65	190,618	210
Ужин									
№20/5	Суфле творожное с повидлом	200	20,55	20,05	11,34	2,62	24,41	339,4	
№3/16	Хлеб пшеничный	35	2,28	0	0,24	0,24	14,76	56,8	0
№30/10	Чай сладкий	180	0,09	0	0,02	0,02	10,14	40,10	
	Итого за прием	415	22,92	20,05	11,6	2,88	49,31	436,3	415
	Итого за день	1855	69,08	50,93	53,66	18,59	200,77	1684,458	1855

МЕНЮ 3-7 лет

Неделя: вторая

6 день – Понедельник

Номер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюда)	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										
№5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	150	3,97	2,5	4,76	0,5	15,47	138,3	0,59	
№32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,9	2,88	0,07	13,36	128	0,52	
№2/13	Хлеб с маслом и яйцом	35/5/20	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	92,91	0,07	
Итого за прием		410	11,93	8,07	14,17	0,81	43,66	359,21	1,18	
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	60	0,69	0	3,97	3,97	6,59	66,54	2,65	
№ 6/2	Щи из свежей капусты со сметаной с мясом говядины	180	7,24	5,88	4,11	4,34	12,97	117,94	6,95	
№ 17/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные с молочным соусом	80/50	14,69	13,79	12,78	2,21	13,53	149,8	0,34	
№43/3	Макароны отварные	150	3,5	0	2,85	3,24	13,56	101,12	31,3	
№6/10	Компот из сухофруктов	200	0,37	0	0,02	0,01	13,44	66,31	0,16	
№3/16	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	16,7	96,69	0	
Итого за прием		770	29,79	19,67	24,33	14,37	76,79	598,4	41,4	
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	190	5,39	1,54	7,88	2,75	31,05	182,34		
№3/17	Фрукты	100	2,28	0	0,24	0,24	14,76	66,8	0	
№30/10	Чай с молоком	200	8,54	6,39	8,07	5,32	26,19	187,52	0,12	
№3/16	Хлеб пшеничный	35	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	2	
Итого за прием		525	16,25	7,93	16,2	8,32	80,99	470,86	2,12	
Итого за день		2015	70,69	47,99	73,15	30,22	219,65	1728,83	46,7	

МЕНЮ 3-7 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	150	5,97	2,35	5,26	0,52	30,73	146,1	0,42
№36/10	Какао с молоком	200	3,49	2,61	3,14	0,68	20,61	78,75	0,47
№2/13	Хлеб с маслом	30/5	4,86	2,58	6,17	0,24	14,97	153,33	0
	Итого за прием	385	14,32	7,54	14,57	1,44	66,31	378,18	0,89
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	60	0,78	0	2,98	2,98	11,78	78,36	2,21
№2/7	Свекольник со сметаной с мясом говядины	200	4,37	2,92	6,48	4,22	11,68	116,4	5,45
№52/8	Суфле из печени	80	12,61	13,17	13,17	6,7	2,57	118,09	7,32
№ 40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	140	6,89	0,05	5,47	1,86	30,25	112,72	0,72
№6/10	Компот из сухофруктов	200	0,37	0	0,02	0,01	13,44	66,31	0,16
№3/16	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	16,7	96,69	0
	Итого за прием	730	28,32	16,14	28,72	16,37	86,42	588,57	15,86
Полдник									
№ 3/22	Сок (100)	150	0,5	0	0,1	0	10,1	144,00	2
№ 3/21	Кондитерские изделия	20	2,16	0	0,26	0,26	13,78	68,818	0
	Итого за прием	170	2,66	0	0,36	0,26	23,88	212,818	2
Ужин									
№12/7	Биточки (котлеты) из рыбы	80	11,09	11,6	3,21	0,03	2,46	183,2	0,07
№ 48/3	Горошница с морковью	140	2,82	0,62	4,11	0,41	17,09	187,76	8,2
№3/16	Хлеб пшеничный	40	2,28	0	0,24	0,24	14,76	66,8	0
№27/10	Чай	180	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	0,12
	Итого за прием	440	16,23	12,22	7,57	0,69	43,3	471,96	8,39
	Итого за день	1825	64,53	39,09	54,32	18,76	223,92	1737,128	27,64

МЕНЮ 3-7 лет

Неделя :вторая

8 день – Среда

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.			
<i>Завтрак</i>									
№8/4	Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным	150	6,38	2,36	7,41	2,23	27,2	156,61	0,42
№32/10	Кофейный напиток с молоком	200	3,01	2,9	2,88	0,07	13,36	128	0,52
№2/13	Хлеб с маслом	30/5	4,86	2,58	6,17	0,24	14,97	153,33	0
	Итого за прием	385	14,25	7,84	16,46	2,54	55,53	437,94	0,94
<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>									
№35/1	Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	60	0,55	0	2,06	2,06	3,67	73,76	6,96
№11/2	Рассольник с крупой и сметаной с мясом говядины	200	4,21	2,92	4,67	2,16	6,58	88,82	11,15
№ 6/8	Рагу из мяса свинины	180	14,69	13,79	12,78	2,21	13,53	114,80	0,34
№6/10	Компот из сухофруктов	200	0,37	0	0,02	0,01	13,44	66,31	0,16
№3/16	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	16,7	96,69	0
	Итого за прием	690	23,12	16,71	20,13	7,04	53,92	440,38	18,61
<i>Полдник</i>									
№ 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	230	2,16	0	0,26	0,26	13,78	118,818	0
	Итого за прием	250	6,96	4,2	3,86	3,86	21,58	256,818	2,99
<i>Ужин</i>									
№6/5	Сырники с повидлом	245	2,33	0,16	11,33	12,01	19,07	211,2	5,61
№3/16	Хлеб пшеничный	40	2,28	0	0,24	0,24	14,76	70,32	0,26
№30/10	Чай с молоком	200	1,26	1,31	1,28	0,01	10,1	55,09	0
	Итого за прием	485	5,87	1,47	12,85	12,26	43,93	336,61	5,87
	Итого за день	1910	53,2	33,41	56,4	25,7	178,97	1557,348	28,91

МЕНЮ 3-7 лет

Неделя: вторая

9 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 т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.			
Завтрак									
№2/6	Омлет натуральный	150	3,74	2,24	4,41	0,38	19,23	137,14	0,59
№36/10	Какао с молоком	200	3,49	2,61	3,14	0,68	20,61	78,75	0,47
№ 3/13	Хлеб с маслом и сыром	35/5/10	4,95	2,67	6,53	0,24	14,83	92,91	0,07
	Итого за прием	400	12,18	7,52	14,08	1,3	54,67	308,8	1,13
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	60	0,78	0	2,98	2,98	11,78	78,37	2,21
№2/2	Борщ со сметаной с мясом говядины	200	3,87	2,87	5,13	2,92	6,01	109,8	5,45
№4/9	Плов из мяса кур	200	12,61	13,17	13,17	6,7	2,57	186,09	7,32
№3/10	Компот из яблок	200	0,37	0	0,02	0,01	13,44	60,00	0,16
№3/16	Хлеб ржаной	50	3,3	0	0,6	0,6	16,7	96,69	0
	Итого за прием	710	20,93	16,04	21,9	13,21	50,5	530,95	15,14
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	80	8,14	7,98	1,14	0,07	4,57	104,93	0,15
№3/3	Картофельное пюре с морковью	140	2,45	0,54	356	0,35	14,81	97,1	7,11
№3/16	Хлеб пшеничный	35	2,28	0	0,24	0,24	14,76	70,32	0
№27/10	Чай	200	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	0,12
	Итого за прием	455	12,91	8,52	357,39	0,67	43,13	306,55	7,38
	Итого за день	1785	54,22	39,47	400,15	18,78	164,18	1455,9	29,14

МЕНЮ 3-7 лет

Неделя :вторая

10 день – Пятница

Но-мер рец.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Выход, г	Белки, г		Жиры, г		Углеводы, 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	200	2,71	2,61	2,59	0,06	12,02	86,4	0,33
№ 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	400	12,45	7,05	14,68	1,97	47,25	293,32	0,71
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									
№16/1	Салат из моркови с растительным маслом	60	0,52	0	2,03	2,03	3,02	40,4	1,45
№14/2	Суп картофельный с крупой с мясом говядины	200	3,09	1,93	3,61	0,16	7,77	93,60	0,34
№17/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные с молочным соусом	80/50	10,76	9,38	8,76	1,25	9,12	135,40	0,23
№11/3	Капуста тушеная	140	2,62	0,84	2,4	0,16	13,2	93,20	5,79
№6/10	Компот из сухофруктов	200	0,37	0	0,02	0,01	13,44	66,31	0
№3/16	Хлеб ржаной	50	2,64	0	0,48	0,48	13,36	78,24	0
	Итого за прием	720	19,48	12,15	15,27	2,06	56,89	466,75	6,36
Полдник									
№38/10	Молоко кипяченое	190	3,8	3,8	3,2	3,2	7,2	105,3	0,24
№3/16	Ватрушка с творогом	65	8,54	6,39	8,07	5,32	26,19	129	0,12
	Итого за прием	255	12,34	10,19	11,27	8,52	33,39	234,3	0,36
Ужин									
№6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	150	5,39	1,54	7,88	2,75	31,05	182,34	1,37
№3/16	Хлеб пшеничный	40	2,28	0	0,24	0,24	14,76	66,8	0
№27/10	Чай	200	0,04	0	0,01	0,01	8,99	34,2	2
№3/17	Фрукты	100	0,7	0	0,73	0,82	18,29	133,02	8,2
	Итого за прием	490	8,41	1,54	8,86	3,82	73,09	416,36	11,57
	Итого за день	1965	53,08	30,93	50,16	16,37	218,7	1496,73	21

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430526

Владелец Денисова Оксана Алексеевна

Действителен с 19.04.2024 по 19.04.2025