

МЕНЮ САД 12 часов

1 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетич. ценность
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Ккал
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,20	8,30	35,00	262,40
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
Итого за прием пищи	432	10,65	12,40	50,52	360,40
II Завтрак					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	150	0,60	0,60	14,80	66,30
Итого за прием пищи	150	0,60	0,60	14,80	66,30
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,88	6,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10/1	5,00	7,70	11,00	179,00
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	6,10	6,40	3,30	125,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	3,00	4,80	19,50	134,30
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,12	0,12	23,60	96,84
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40
Итого за прием пищи	716	17,80	19,82	79,18	645,04
Уплотненный полдник					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	200	20,00	18,50	33,50	204,00
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	159,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,30	4,30	29,25	144,00
Итого за прием пищи	455	34,54	23,03	75,86	552,90
Всего за день					

МЕНЮ САД 12 часов

2 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,39	6,90	10,00	69,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,07	8,10	27,90	205,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00
Итого за прием пищи	415	11,66	17,80	51,50	351,00
II Завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00
Итого за прием пищи	180	0,96	0,24	17,80	78,00
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,50	0,13	1,90	12,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,20	5,20	6,60	118,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	19,30	21,00	22,00	355,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,60	0,24	22,00	93,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,60	10,30	52,40
Итого за прием пищи	721	27,10	27,29	69,20	661,40
Уплотненный полдник					
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	8,30	0,46	0,30	144,40
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,70	4,60	17,50	119,40
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	21,72	88,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	2,00	4,60	24,10	164,00
Итого за прием пищи	445	16,42	6,2	71,82	513,00
Всего за день		56,14	51,53	210,32	1603,40

МЕНЮ САД 12 часов

3 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕННОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
Итого за прием пищи	410	21,10	28,20	34,40	342,00
II Завтрак					
ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50
Итого за прием пищи	150	0,60	0,50	15,50	70,50
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,00	1,30	7,00
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	5,5	8,20	7,40	115,00
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	9,1	11,30	14,90	196,80
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	7,2	5,90	33,00	240,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,12	0,00	8,20	33,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70	39,30
Итого за прием пищи	761	24,42	26,02	78,90	662,70
Уплотненный полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	200	16	16,10	14,20	314,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	180	0,12	0,01	16,90	64,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,50	7,70	39,30
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50
Итого за прием пищи	505	21,72	19,31	53,90	525,60
Всего за день		67,84	74,03	182,70	1600,80

МЕНЮ САД 12 часов

4 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,52	9,20	13,30	92,00
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	200	6,20	10,00	26,80	209,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00
Итого за прием пищи	420	13,92	22,00	53,70	378,00
II Завтрак					
ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50
Итого за прием пищи	150	0,60	0,50	15,50	70,50
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	1,50	45,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	4,50	2,40	12,50	92,00
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	8,40	12,00	13,30	269,00
СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,00	2,00	3,00	37,30
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	7,00	102,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00
Итого за прием пищи	750	18,64	20,25	60,80	662,90
Уплотненный полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	5,30	8,40	28,90	242,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	2,4	11,30	48,00	227,50
Итого за прием пищи	454	8,42	19,80	87,32	517,50
Всего за день		41,58	62,55	217,32	1628,90

МЕНЮ САД 12 часов

5 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,00	8,00	27,00	203,00
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00
Итого за прием пищи	415	13,04	15,30	49,60	372,00
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00
Итого за прием пищи	180	0,96	0,24	17,80	78,00
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,80	7,60	6,00	96,00
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	141,00
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	10,10	5,30	20,10	165,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,50	2,00	9,80	67,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	34,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00
Итого за прием пищи	725	22,58	24,15	78,10	620,00
Уплотненный полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	23,01	11,83	20,93	283,30
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,00	4,00	9,80	98,90
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	30	2,28	3,00	26,00	111,00
Итого за прием пищи	460	32,09	19,03	64,23	531,20
Всего за день		68,67	58,72	209,73	1601,20

МЕНЮ САД 12 часов

6 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	7,20	8,30	35,00	226,40
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
Итого за прием пищи	415	11,40	12,80	63,50	378,40
II Завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00
Итого за прием пищи	180	0,96	0,24	17,80	78,00
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,40	0,00	1,30	7,00
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	3,60	4,50	20,00	147,00
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	8,50	16,10	7,90	161,30
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,4	0,10	8,50	75,20
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,12	0,12	22,70	105,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00
Итого за прием пищи	700	18,04	21,77	83,90	612,90
Уплотненный полдник					
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,50	12,60	10,20	104,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,90	2,50	19,60	99,30
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,54	2,03	3,51	153,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	103,00
ЙОГУРТ В ИНД УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50
Итого за прием пищи	579	29,24	26,93	73,21	567,70
Всего за день		59,64	61,74	238,41	1637,00

МЕНЮ САД 12 часов

7 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00
САЛАТ ИЗ ГОРОШКА ЗЕЛЕНОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	50	1,50	2,70	3,00	40,50
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	15,40	21,00	2,90	149,00
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00
Итого за прием пищи	410	23,94	31,00	28,50	358,50
II Завтрак					
ГРУША СВЕЖАЯ	150	0,60	0,50	15,50	70,50
Итого за прием пищи	150	0,60	0,50	15,50	70,50
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,43	0,05	3,94	41,30
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,5	4,50	4,00	165,00
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,1	2,75	10,90	120,20
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,4	5,60	15,60	121,80
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,00	7,00	102,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00
Итого за прием пищи	715	25,41	13,85	64,94	667,30
Уплотненный полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,50	0,30	63,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	2,2	2,00	9,80	88,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/15	0,09	0,04	8,20	34,10
ПЕЧЕНЬЕ	50	3,80	5,00	43,20	223,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50
Итого за прием пищи	560	15,49	14,24	76,60	513,50
Всего за день		65,44	59,59	185,54	1609,80

МЕНЮ САД 12 часов

		8 день 6 день						
Прием блюда	Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества				Энергетическая ценность, Ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Вода, г		
Завтрак								
БУТЕРБРОД	БУТЕРБРОД	30	1,40	39	2,16	90	15,80	0,00
КАША	КАША	205	6,00	8,00		27,00		203,00
ЖИДКОЕ	ЖИДКОЕ ПШЕННАЯ	155	3,42	4,70	13,70			142,00
ЧАЙ	СМОЛОЧКОМ	180	3,20	1,80	13,60			77,00
Итого	КОФЕИНАПИТОК	415	2,82	2,59	2,40	7,70	12,50	60,60
		II Завтрак						
СОК	АНКОСОРЬЕЙ	365	7,62	9,20	20,24	42,20	20,80	298,00
Итого	за прием пищи	180	3,96	0,24	0,24	17,80		78,00
		Обед						
	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,80	0,20		14,80		65,00
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	150	0,80	0,38	0,20	14,80	30	65,00
СУП	КАРТОФЕЛЬНЫЙ	200/10/5/1	0,60		4,40		16,00	159,90
С КУРОЙ	УРЕМЕВНОЙ	40	0,30	0,00		1,00		5,60
ЗЕЛЕНЬ	КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150/10	2,70	3,40		15,00		125,10
ПУДИНГ	МОРОЖЕНОЕ С	80	17,92	7,84		7,20		172,80
МОРКОВЬ	КАМИ							
РАГУ	ОВОЩНОЕ	650	6,40	4,00	12,40	5,90	3,40	121,00
ВАРИАНТЫ	ОТВАРНЫЕ							
КИСЕЛЬ	ОВЯЗИ В МОЛОЧНОМ	120	1,70	0,00	10,00	7,80	8,00	68,40
КОМПОЗИТ	НА							
ПЛОДОВЫЙ	КЛИВ ЯБЛОК 150	150	0,10	0,10		18,90		87,80
ЯГОДНЫЙ	ЭКСТРАКТАЖНЫЙ	15	1,00	0,12		6,40		31,00
ХЛЕБ	ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24		12,72		61,20
ПШЕННЫЙ		15	1,10	0,50		7,70		39,30
ОБОГАЩЕННЫЙ								
БАТОН	Итого за прием пищи	580	13,38	16,32	62,70	10,90		459,20
ОБОГАЩЕННЫЙ								
		Уплотненный полдник						
Итого	за прием пищи	621	8,90	6,62	6,72	8,91	81,50	2660,80
		Уплотненный полдник						
ЗАПЕКАНКА	КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,32	3,92	0,00	15,66	10	102,40
ТВОРОГ	МОРКОВЬЮ							
СОУС	МОЛОЧНЫЙ (ОМАДКИЙ)	50/5	0,00	0,90	0,00	0,30	7,06	5,00
МОЛОКО	СЛИВОЧНОЕ	200	1,00	0,00	0,14	0,00	6,49	9,80
МАНДАРИН	СВЕЖИЙ	100	0,8	0,20		7,50		38,00
БУЛОЧКА	ДОМАШНЯЯ	60	4,4	7,10		28,80		132,00
БАТОН		15	1,10	0,50		7,70		39,30
Итого	за прием пищи	510	29,80	22,60	7,70	68,70		528,90
Всего	за день	367	73,97	60,67	45,67	218,60		1616,20
	Итого за прием пищи	367	13,35	11,28	45,67			410,8
	Всего за день		35,07	37,00	165,37			1249,00

МЕНЮ САД 12 часов

9 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,40	2,10	15,80	68,00
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	6,70	9,70	24,40	211,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
Итого за прием пищи	415	12,74	16,20	44,10	357,00
II Завтрак					
БАНАН СВЕЖИЙ	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Итого за прием пищи	100	1,50	0,50	21,00	96,00
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,38	0,00	0,90	6,50
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,60	8,30	10,30	126,00
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	14,70	0,50	0,00	165,00
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,20	5,00	21,30	147,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60	51,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,50	0,60	10,30	52,40
Итого за прием пищи	757	27,50	15,60	63,12	599,00
Уплотненный полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	14,40	14,40	12,84	191,20
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,70	88,20
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	59,50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	3,5	9,00	36,30	201,00
Итого за прием пищи	550	21,82	26,14	81,74	567,80
Всего за день		63,56	58,44	209,96	1619,90

МЕНЮ САД 12 часов

10 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,90	2,80	21,10	90,70
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	205	5,10	6,80	27,90	232,00
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60
Итого за прием пищи	435	7,00	9,60	57,40	356,70
II Завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	0,96	0,24	17,80	78,00
Итого за прием пищи	180	0,96	0,24	17,80	78,00
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,80	2,90	4,00	45,60
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	5,70	7,50	13,10	121,20
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	10,40	4,00	9,30	135,30
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	4,00	3,40	19,40	121,80
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	180	0,12	0,12	21,72	88,20
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,88	0,75	12,90	66,00
Итого за прием пищи	725	24,60	18,87	91,02	629,10
Уплотненный полдник					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,50	16,50	16,90	216,30
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,36	0,00	25,00	102,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	30	2,04	0,24	12,72	61,20
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	164,00
Итого за прием пищи	450	24,00	23,84	80,42	554,40
Всего за день		56,56	52,55	246,64	1618,20