

МЕНЮ Ясли 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	155	5,04	6,20	26,30	189,30
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,12	0,00	8,52	36,00
Итого за прием пищи	378	8,40	10,30	41,82	287,3
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	40	0,30	0,00	0,70	5,20
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ, ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,80	5,90	8,40	105,80
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	4,60	4,80	2,50	91,50
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,10	0,10	19,70	80,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,50	7,70	39,30
Итого за прием пищи	576	13,22	15,34	61,00	460,90
Уплотненный полдник					
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ	160	6,50	9,80	17,70	209,20
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	5,30	4,30	29,25	144,00
Итого за прием пищи	382	12,80	14,22	60,35	412,20
Всего за день		35,02	40,46	177,97	1226,70

МЕНЮ Ясли 12 часов

2 день					
Прием пищи, наименование блюда	Мас-са пор-ции, г	Пищевые вещества			Энергетич. 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	155	3,80	6,10	20,90	154,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00
Итого за прием пищи	365	10,39	14,80	44,50	300,00
II Завтрак					
продукция соковая. соки и нектары для детей раннего возраста	150	0,80	0,20	14,80	65
Итого за прием пищи	150	0,80	0,20	14,80	65
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,40	0,10	1,50	9,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/ 10/1	3,20	4,00	5,00	92,40
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	160	15,50	17,00	17,60	216,00
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,50	0,20	18,30	77,30
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	556	21,70	21,92	56,50	465,60
Уплотненный полдник					
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	8,30	5,33	0,20	81,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,38	3,70	15,70	107,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,10	0,10	18,10	75,00
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	375	13,78	13,85	64,5	458,00
Всего за день		46,67	50,77	180,30	1288,60

МЕНЮ Ясли 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 ЗЕЛЕНОВОГО КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,90	1,60	1,80	24,30
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	12,30	16,70	2,30	119,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
Итого за прием пищи	360	17,40	22,80	32,60	295,30
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	40	0,30	0,00	1,00	5,60
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/5	4,2	6,30	5,70	98,10
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	15,1	15,30	3,50	134,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	5,8	4,78	26,80	174
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,38	28,00
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	591	26,48	26,54	50,23	470,70
Уплотненный полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,6	8,70	16,10	149,00
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ	150	0,1	0,01	14,10	54,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ	50	3,6	5,90	24,00	150,30
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50
Итого за прием пищи	485	15,10	17,23	65,10	440,80
Всего за день		59,58	87,70	163,43	1277,30

МЕНЮ Ясли 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	30	3,39	6,90	10,00	69,00
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "ДРУЖБА"	150	2,60	2,50	18,50	128,00
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60	77,00
Итого за прием пищи	360	9,19	11,20	42,10	274,00
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	40	0,60	2,30	1,20	36,50
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	3,4	1,80	9,40	67,40
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	150	6,3	9,00	10,00	224,00
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	0,80	1,20	14,90
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	5,80	85,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,63	0,20	10,63	51,63
Итого за прием пищи	545	12,53	14,10	38,23	479,43
Уплотненный полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,60	0,10	1,90	12,00
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	4,20	6,70	23,10	192,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5/3,5	0,07	0,01	7,10	29,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	1,7	8,10	34,00	134,00
Итого за прием пищи	396	7,57	15,03	72,50	398,00
Всего за день		29,89	40,83	168,33	1221,93

МЕНЮ Ясли 12 часов

5 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции, г	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, Ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД СМАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,00	7,30	18,30	158
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00
Итого за прием пищи	365	12,04	14,60	40,90	327,00
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,80	0,20	14,80	65,00
Итого за прием пищи	150	0,80	0,20	14,80	65,00
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,60	6,10	4,80	76,80
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,20	6,20	7,70	105,70
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	7,60	4,00	15,10	114,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,00	1,60	7,80	53,50
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
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	572	17,13	18,60	60,73	468,93
Уплотненный полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	17,70	9,10	16,10	221,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,40	3,00	7,30	74,20
МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,20	7,50	38,00
ПЕЧЕНЬЕ В АССОРТИМЕНТЕ	20	2,80	3,60	14,90	94,40
Итого за прием пищи	370	25,70	15,90	45,80	427,80
Всего за день		55,67	49,30	162,23	1288,53

МЕНЮ Ясли 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	155	3,42	4,70	13,70	142,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
Итого за прием пищи	365	7,62	9,20	42,20	294,00
II Завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,80	0,20	14,80	65,00
Итого за прием пищи	150	0,80	0,20	14,80	65,00
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	2,70	3,40	15,00	125,10
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	6,40	12,10	5,90	121,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	120	1,70	0,10	7,80	69,40
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	150	0,10	0,10	18,90	87,80
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	580	13,30	16,32	62,70	479,20
Уплотненный полдник					
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ГОВЯДИНЫ	60	8,93	6,74	8,97	205,10
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,32	3,92	15,60	107,40
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	28,00
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	367	13,35	11,28	45,67	410,8
Всего за день		35,07	37,00	165,37	1249,00

МЕНЮ Ясли 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	40	1,20	2,10	2,40	32,40
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	100	10,30	13,92	1,92	93,20
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,80	3,20	15,60	107,00
Итого за прием пищи	350	18,54	23,32	26,92	294,00
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 МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,34	0,04	3,15	33,00
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,10	3,40	3,00	107,00
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,22	2,36	9,33	103,00
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	110	1,80	4,10	11,40	89,00
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3	0,00	5,80	85,00
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	595	19,86	10,52	46,78	487,30
Уплотненный полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,50	0,30	63,00
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	120	2,00	1,60	7,80	53,50
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,08	0,04	6,83	28,00
ПЕЧЕНЬЕ	30	4,20	5,40	22,40	152,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
ЙОГУРТ В ИНД. УПАКОВКЕ	100	2,80	2,50	4,50	56,50
Итого за прием пищи	475	15,68	14,24	52,43	404,00
Всего за день		54,68	48,58	141,63	1256,40

МЕНЮ Ясли 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	155	4,20	5,60		18,70	142,10		
ЖИДКОЕ	КАША ПШЕННАЯ СЛИВОЧНЫМ МАСЛОМ	155	3,42	4,70	13,70		142,00		
ЧАЙ	С МОЛОКОМ	180	3,20	1,80	13,60		77,00		
Итого	КОФЕИНАПИТОК С МОЛОКОМ	365	2,80	7,79	24,30	12,72	328,10		
II Завтрак									
СОК	АНКОСОВЫЙ	365	7,62	80	9,20	20,80	42,20	80	
Итого	за прием пищи	150	3,80	0,20	0,20	14,80	65,00		
Обед									
	СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,80	0,20	14,80		65,00		
	ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	150	0,80	0,30	0,20	14,80	65,00		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150/10/5	0,30	3,30		11,90	96,10		
	С КУРОЙ ТРЕХНЕДЕЛЬНОЙ	40	0,30	0,00	1,00		5,60		
	ЗЕЛЕНУХА КАРТОФЕЛЬНЫЙ	150/10	2,70	3,40	15,00		125,10		
	ПУДИНГОВЫЙ С МОРКОВЬЮ	50	11,20	4,90	4,50		108,00		
	РАГУ ОВОЩНОЕ	650	6,40	12,40	5,90	13,40	121,00		
	ВАРИЛЬНЫЕ ОТВАРНЫЕ								
	КИСЕЛЬ В МОЛОЧНОМ КОНТЕЙНЕРЕ НА ПЛОДОВЫХ ЯБЛОК 150	150	0,10	0,10	18,90		87,80		
	ЯГОДНО-РЖАНО- ЭКСТРАКТАЖНЫЙ	15	1,00	0,12	6,40		31,00		
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,60		51,00		
	ПШЕННЫЙ	15	1,10	0,50	7,70		39,30		
	ОБОГАЩЕННЫЙ								
Итого	за прием пищи	580	13,36	16,32	62,70	30,30	479,20		
Уплотненный полдник									
Итого	за прием пищи	695	8,21	6,60	67,59	8,96	299,50		
Уплотненный полдник									
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНОЕ ТВОРОЖНО-МОРКОВЬЮ	820	2,32	3,92	15,62	2,90	107,40		
	МОЛОКОЖИРНО-СЛАДОМ	150/5	0,00	0,00	7,00	0,30	28,00		
	ХЛЕБ РЖАНО- ПШЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40		31,00		
	МАНДАРИН СВЕЖИЙ	100	0,8	0,20	7,50		38,00		
	БУЛОЧКА ДОМАШНЯЯ ОБОГАЩЕННАЯ	50	3,6	5,90	24,00		150,30		
Итого	за прием пищи	380	23,00	16,40	51,70	39,30	439,50		
Всего	за день	15	1,10	0,50	7,70	39,30	1287,70		
	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 Ясли 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	155	5,00	7,30	18,30	128,00
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,80	2,40	12,70	84,00
Итого за прием пищи	365	9,20	11,80	46,80	280,00
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	40	0,30	0,00	0,70	5,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,20	6,20	7,70	100,70
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	50	11,00	0,40	0,00	139,00
СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,30	1,00	1,20	14,80
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,60	4,00	17,10	117,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	158	0,07	0,01	7,10	29,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,30	0,13	8,50	41,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,50	7,70	39,30
Итого за прием пищи	589	20,87	12,24	50,00	486,00
Уплотненный полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	170	7,6	8,70	16,10	149,00
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50
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	50	2,3	6,00	24,20	134,00
Итого за прием пищи	485	13,80	17,42	69,30	444,00
Всего за день		45,37	41,96	187,10	1306,00

МЕНЮ Ясли 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 МАСЛОМ	30	3,24	4,10	7,00	62,00
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,80	6,10	20,90	154,10
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,00	0,00	8,40	33,60
Итого за прием пищи	371	5,20	8,20	45,10	255,70
II Завтрак					
Итого за прием пищи	150	0,80	0,20	14,80	65,00
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150				
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,60	2,30	3,20	36,50
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,30	5,60	9,80	97,40
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,24	5,12	1,84	94,00
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	3,20	2,70	15,50	97,40
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ	150	0,10	0,10	18,10	73,50
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	25	1,70	0,20	10,70	51,70
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,1	0,50	7,70	39,30
Итого за прием пищи	575	21,24	16,52	66,84	489,80
Уплотненный полдник					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,30	0,00	1,00	5,60
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	120	14,00	13,20	13,50	144,00
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,30	0,00	2,80	85,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	15	1,00	0,12	6,40	31,00
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	3,80	7,10	24,80	164,00
Итого за прием пищи	375	19,4	20,42	66,5	429,6
Всего за день		46,64	45,34	193,24	1240,10