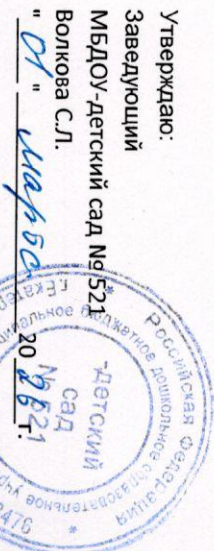


10-ти дневное меню

1-й день понедельник

Наименование блюда	кКал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным *	182	237	5,30	5,82	4,71	5,69	25,12	32,47	150	200	7.15/4/2
Батон с маслом 30/6 гр	85	103	2,34	2,58	4,45	5,83	12,04	13,32	36	36	7.035/3
Кофейный напиток с молоком *	78	107	1,89	2,74	2,35	3,42	10,42	13,62	150	200	7.13/1/0
Итого:	345	447	9,53	11,14	11,51	14,94	47,58	59,41	336	436	
Завтрак второй											
Сок фруктовый	57,00	66,01	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	7.031/5
Итого:	57	66	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	
Обед											
Салат из отварной свеклы с солеными огурцами и растительным маслом	44	66	0,49	0,69	3,28	4,92	2,54	3,85	30	50	7.23/1
Рассольник "Ленинградский" со сметаной *	91	132	1,63	2,59	3,10	4,38	13,53	17,52	150	200	7.165-1/2
Котлета мясная	159	193	11,70	14,61	9,81	11,95	2,18	2,42	60	70	7.н163/1
Макаронные изделия отварные	175	219	3,75	5,12	3,65	4,07	30,71	35,62	110	130	7.н115-6
Компот из изюма г	68	68	0,00	0,00	0,00	0,00	15,69	16,27	150	180	7.078/1
Хлеб ржаной	39	43	1,90	2,03	0,00	0,00	12,60	12,88	30	30	7.002
Хлеб пшеничный	69	72	2,20	2,49	0,00	0,00	15,10	15,38	30	30	7.052
Итого:	645	793	21,67	27,53	19,84	25,32	92,35	103,94	560	690	
Полдник											
Запеканка из творога с яблоками	265	265	11,80	12,32	19,34	15,79	17,65	17,65	100	100	7.16/5
Сгущенное молоко	52	54	0,67	0,67	0,70	0,70	10,02	11,28	18	18	7.004/1
Чай с сахаром	37	45	0,00	0,00	0,00	0,00	8,96	10,84	150	180	7.354
Итого:	354	364	12,47	12,99	20,04	16,49	36,63	39,77	268	298	
Итого за День:	1401	1670	44,27	52,36	51,39	56,75	189,36	217,22	1289	1564	


Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ-детский сад №521
Волкова С.Л.



* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

10-ти дневное меню

2-й день вторник

Утверждаю:  Заведующий
МБДОУ-детский сад № 521
Волкова С.Л.
"01" марта 2026 г.

20.26 г.

Наименование блюда	кКал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	гсли	скал	гсли	скал	гсли	скал	гсли	скал	гсли	скал	
Завтрак											
Каша манная молочная с маслом сливочным *	148	204	4,30	5,32	4,41	5,29	21,12	28,47	150	200	7.5/4/2
Батон с маслом	115	118	2,34	2,38	5,85	5,83	16,04	16,32	36	36	7.035/3
Чай с лимоном	29	41	0,00	0,00	0,00	0,00	7,42	9,02	150	200	7.11/10
Итого:	292	363	6,64	7,70	10,26	11,12	44,58	53,81	336	436	
Завтрак второй											
Фрукт (Яблоко)	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00	10,30	9,95	100	100	7.346
Итого:	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00	10,30	9,95	100	100	
Обед											
Салат из отвар. картофеля, моркови с реп.луком, сол.огурцом раст.маслом	75	116	0,59	0,89	5,43	7,92	4,54	6,85	40	60	7.30/1
Суп-пюре из разных овощей на мясном бульоне	61	95	1,59	1,97	2,10	3,68	8,14	11,32	150	200	7.252
Котлета из мяса курь.	138	187	9,70	12,87	8,16	10,99	3,12	4,20	60	80	7.114/1
Копчота из мяса курь.	66	92	1,67	3,00	3,65	4,07	6,71	12,36	120	130	7.112
Капуста тушеная	64	66	0,00	0,00	0,00	0,00	15,69	16,27	150	180	7.15/10
Напиток из шиповника	54	55	1,90	2,03	0,00	0,00	12,60	12,88	30	30	7.002
Хлеб ржаной	69	72	2,20	2,49	0,00	0,00	15,10	15,38	30	30	7.052
Хлеб пшеничный	532	683	17,65	23,25	19,34	26,66	65,90	79,26	580	710	
Итого:											
Полдник											
Рыба с овощами в омлете *	146	151	11,80	12,32	6,34	6,79	2,14	2,35	100	100	7.16/2
Чай с сахаром	44	46	0,00	0,00	0,00	0,00	10,02	11,28	150	180	7.354/6
Итого:	190	197	11,80	12,32	6,34	6,79	12,16	13,63	250	280	
Итого за день:	1053	1283	36,09	43,27	35,94	44,57	132,94	156,65	1266	1526	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

10-ти дневное меню

3-й день среда

Утверждено:  Заведующий
МБДОУ детский сад № 521
Волкова С.Л.
" 20.06.2016 г.

Наименование блюда	ккал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша из гречи и риса молочная ("Дружба 2") с маслом сливочным *	157	199	4,60	5,60	3,62	6,20	25,53	34,40	150	200	7,н26
Батон с маслом и сыром	130	130	1,90	2,29	4,70	6,30	15,30	15,51	30	45	7,д1/3
Какао с молоком *	107	129	2,78	2,89	2,85	3,28	17,60	19,10	150	180	7,14/10
Итого:	394	458	9,28	10,78	11,17	15,78	58,43	69,01	330	425	
Завтрак второй											
Сок фруктовый	45	66	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	7,03/1/5
Итого:	45	66	0,60	0,07	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	
Обед											
Салат из моркови и яблок с растительным маслом	50	58	0,00	0,87	2,67	3,41	5,90	8,46	45	60	7,289
Суп картофельный с крупой	93	127	1,81	2,73	3,11	4,43	14,20	18,39	150	200	7,16/2
Пюре из гороха со сливочным маслом	154	190	7,85	10,40	4,30	5,24	20,40	24,31	100	130	7,362
Фрикадельки мясные паровые	148	148	10,30	10,30	9,20	9,20	3,40	3,40	70	70	7,230/1
Компот из сухофруктов	46	68	0,00	0,00	0,00	0,00	11,38	15,20	150	180	7,115/3
Хлеб ржаной	44	55	1,90	1,90	0,00	0,00	12,60	12,60	30	30	7,002
Хлеб пшеничный	63	71	2,90	2,90	0,00	0,00	15,80	15,80	30	30	7,052
Итого:	598	717	24,76	29,10	19,28	22,28	83,68	98,16	575	700	
Полдник											
Снежок *	100	127	2,80	3,65	4,10	5,18	12,53	15,70	130	150	7,082
Печенье	138	138	3,10	3,10	2,15	2,15	22,60	22,60	30	30	7,308
Итого:	238	265	5,90	6,75	6,25	7,33	35,13	38,30	160	180	
Итого за день:	1275	1506	43,96	46,70	49,21	45,39	174,43	219,57	1190	1445	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

10-ти дневное меню

4-й день четверг

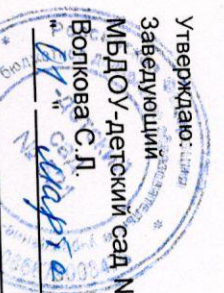
Утверждаю:
Заведующий
МЕДОУ-детский сад № 521
Волкова С.Л.
20.06 г.

Наименование блюда	Ккал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша гречневая молочная с маслом сливочным *	158	215	4,60	6,32	4,71	5,72	24,12	32,47	150	200	7.2/4/2
Батон с маслом	115	118	2,34	2,38	5,85	5,83	16,04	16,32	36	36	7.035/3
Чай с молоком *	51	69	0,99	1,49	1,06	1,38	8,42	11,02	150	200	7.12/10
Итого:	324	402	7,93	10,19	11,62	12,93	48,58	59,81	336	436	
Завтрак второй											
Фрукт (Банан)	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00	10,30	9,95	100	100	7.3/6
Итого:	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00	10,30	9,95	100	100	
Обед											
Салат из отварного картофеля с реп. луком, сол. огурцом раст. маслом	46	71	0,59	0,89	2,43	3,92	4,53	6,85	40	60	7.3/1/1
Суп картофельный с клецками мясом курицы со сметаной*	83	130	3,59	6,97	4,10	6,58	9,18	12,32	150	200	7.111-3
Плов из мяса кур	346	396	16,75	18,87	16,24	17,59	27,12	30,24	180	200	7.4/9/1
Компот из кураги	63	77	0,00	0,83	0,00	0,00	15,39	17,69	150	180	7.110/1
Хлеб ржаной	54,00	55,00	1,90	2,03	0,00	0,00	12,60	12,88	30	30	7.002
Хлеб пшеничный	69,00	71,00	2,20	2,49	0,00	0,00	15,10	15,38	30	30	7.052
Итого:	661	800	25,03	32,08	22,77	28,09	83,92	95,36	580	700	
Полдник											
Сырники из творога *	318	318	13,80	14,32	16,64	16,99	20,34	19,51	100	100	7.6/5
Сгущенное молоко	60	60	1,33	1,27	1,57	1,51	10,32	9,89	18	18	7.004/1
Компот из ягод замороженных	80	97	0,28	0,00	0,00	0,00	18,30	22,17	180	200	7.493/1
Итого:	457	475	15,41	15,59	18,21	18,50	48,96	51,57	298	318	
Итого за день:	1352	1717	43,96	52,05	49,21	59,52	174,43	216,69	1314	1554	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

10-ти дневное меню

5-й день пятница



20.06.17 г.

Наименование блюда	Ккал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	рсли	сад	рсли	сад	рсли	сад	рсли	сад	рсли	сад	
Завтрак											
Каша рисовая вязкая молочная со сливочным маслом *	131	190	3,60	4,60	4,20	7,20	18,30	23,40	150	200	7.162/1
Батон с маслом и сыром	143	130	4,90	3,90	7,70	6,80	16,30	14,90	25	45	7.4/13
Кофейный напиток с молоком	78	107	2,10	2,80	2,10	2,80	10,60	14,40	150	200	7.13/10
Итого:	352	427	10,60	11,30	14,00	16,80	45,20	52,70	325	445	
Завтрак второй											
Сок	57	66	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	7.031/5
Итого:	57	66	0,60	0,00	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	
Обед											
Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	43	66	0,70	1,00	2,70	4,00	4,90	7,30	40	60	7.5/1
Свекольник с мясом со сметаной *	123	165	5,10	6,70	6,10	10,80	10,40	13,90	150	200	7.102
Суп/ле из рыбы	92	227	9,40	22,30	4,30	11,40	1,80	2,10	50	70	7.147/5
Картофельное пюре	104	132	2,20	2,60	2,80	3,80	16,10	19,30	110	130	7.64-1/1
Компот из чернослива и изюма	64	89	0,00	0,00	0,00	0,00	15,60	21,40	150	200	7.5/10/1
Хлеб ржаной	54	55	1,90	1,90	0,00	0,00	12,60	12,60	30	30	7.002
Хлеб пшеничный	69	71	2,20	2,20	0,00	0,00	15,10	15,10	30	30	7.052
Итого:	549	805	21,50	36,70	15,90	30,00	76,50	91,70	560	720	
Полдник											
Омлет запеченный или паровой *	152	194	7,58	9,80	11,10	13,80	1,30	1,70	80	100	7.2/6/3.
Чай с сахаром	44	46	0,00	0,00	0,00	0,00	10,60	10,60	150	180	7.354/6
Хлеб пшеничный	35	35	1,10	1,10	0,00	0,00	7,60	7,60	15	15	7.049
Итого:	231	275	8,68	10,90	11,10	13,80	19,50	19,90	245	295	
Итого за день:	1190	1573	41,38	58,90	41,00	60,60	154,00	178,40	1255	1600	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

10-ти дневное меню

6-й День понедельник



20.06.11 г.

Наименование блюда	кКал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	рспл	сад	рспл	сад	рспл	сад	рспл	сад	рспл	сад	
Завтрак											
Каша пшеничная молочная с маслом сливочным *	174	236	5,30	5,82	4,71	5,69	25,12	32,47	150	200	7.11/4/2
Батон с маслом 30/6 гр	115	118	2,34	2,58	4,45	5,83	12,04	13,32	36	36	7.03/5/3
Кофейный напиток с молоком *	78	107	1,89	2,74	2,35	3,42	10,42	13,62	150	200	7.13/1/0
Итого:	367	461	9,53	11,14	11,51	14,94	47,58	59,41	336	436	
Завтрак второй											
Сок фруктовый	57,00	66,01	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	7.03/1/5
Итого:	57	66	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	
Обед											
Салат из моркови и яблок с растительным маслом	43	58	0,00	0,87	2,47	3,41	5,90	8,46	45	60	7.28/9
Щи с мясом со сметаной	107	107	4,63	5,29	6,10	6,38	4,82	6,74	150	180	7.н137/3
Рыба с овощами в ослете	165	165	14,30	14,30	9,11	9,11	2,18	2,18	100	100	7.016/2
Картофельное пюре	104	132	2,35	3,12	3,35	4,07	15,71	18,62	110	130	7.64-1/1
Компот из сухофруктов	46	68	0,00	0,00	0,00	0,00	10,69	15,27	150	180	7.115/3
Хлеб ржаной	39	43	1,90	2,03	0,00	0,00	12,60	12,88	30	30	7.002
Хлеб пшеничный	69	72	2,20	2,49	0,00	0,00	15,30	15,38	30	30	7.052
Итого:	573	645	25,38	28,10	21,03	22,97	67,20	79,53	615	710	
Полдник											
Тертель из говядины с рисом "Ежики"	159	162	10,38	10,38	9,74	9,74	4,68	4,68	70	70	7.16/5
Чай с сахаром	44	45	0,00	0,00	0,00	0,00	10,26	10,84	150	180	7.354
Хлеб пшеничный	35	35	1,10	1,10	0,00	0,00	7,60	7,60	15	15	7.049
Итого:	238	242	11,48	11,48	9,74	9,74	22,54	23,12	235	265	
Итого за день:	1235	1414	46,99	51,42	42,28	47,65	150,12	176,16	1311	1551	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

10-ти дневное меню

7-й день вторник

Утверждаю:
 Заведующий
 МБДОУ-детский сад № 521
 Волкова С.Л.
 " 20 26 г.

Наименование блюда	Ккал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	рслн	срд	рслн	срд	рслн	срд	рслн	срд	рслн	срд	
Завтрак											
Каша из гречи и риса Молочная ("Дружба 2") с маслом сливочным *	145	197	4,60	5,60	3,62	6,20	17,53	24,40	150	200	7.4026-1
Батон	72	72	1,90	1,90	0,90	0,90	15,51	15,51	30	30	7.189-4
Джем	28	28	0,00	0,00	0,00	0,00	7,25	7,25	10	10	7.11/1/8
Какао с молоком *	115	129	2,78	2,89	2,85	3,28	17,60	21,10	150	180	7.14/1/0
Итого:	360	426	9,28	10,39	7,37	10,38	57,89	68,26	340	420	
Завтрак второй											
Фрукт (Яблоко)	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00	10,30	10,30	100	100	7.346
Итого:	40	40	0,00	0,00	0,00	0,00	10,30	10,30	100	100	
Обед											
Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и растительным маслом	65	80	0,67	0,87	3,67	4,11	5,90	8,62	40	60	7.321/1/6
Борщ вегетарианский со сметаной *	82	82	1,81	1,81	3,43	3,43	12,09	12,09	200	200	7.1136-2
Рис припущенный с овощами	131	165	2,85	3,40	3,25	6,14	21,54	22,57	120	130	7.179
Биточки (котлеты) из мяса кур	160	230	9,30	12,05	9,20	12,17	8,40	11,34	50	70	7.5/9/1
Напиток из шиповника	65	68	0,00	0,00	0,00	0,00	15,62	16,39	150	180	7.151/0/1
Хлеб ржаной	54	55	1,90	1,90	0,00	0,00	12,60	12,60	30	30	7.002
Хлеб пшеничный	69	71	2,90	2,90	0,00	0,00	15,80	15,80	30	30	7.052
Итого:	626	751	19,43	22,93	19,55	25,85	91,95	99,41	620	700	
Полдник											
Макаронные изделия отварные с сыром	199	203	6,45	6,45	5,28	5,28	27,85	27,85	130	130	7.43-2/3
Чай с сахаром	44,30	45,50	0,00	0,00	0,00	0,00	10,60	10,60	150	180	7.354/6
Итого:	243	249	6,45	6,45	5,28	5,28	38,45	38,45	280	310	
Итого за день:	1269	1466	35,16	39,77	32,20	41,51	198,59	216,42	1340	1530	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

10-ти дневное меню

8-й День среда

Наименование блюда	ккал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	гсли	сад	гсли	сад	гсли	сад	гсли	сад	гсли	сад	
Завтрак											
Каша геркулесовая молочная с маслом сливочным *	157	214	4,30	5,62	5,71	7,69	21,12	29,47	150	200	7.8/4/2
Батон с маслом 30/6 гр	115	118	2,34	2,58	5,45	5,83	16,04	16,04	36	36	7.035/3
Кофейный напиток с молоком *	78	107	1,89	2,74	2,35	3,42	10,42	13,62	150	200	7.13/1/0
Итого:	350	439	8,53	10,94	13,51	16,94	47,58	59,13	336	436	
Завтрак второй											
Сок фруктовый	57,00	66,01	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	7.031/5
Итого:	57	66	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	
Обед											
Салат из капусты со сладкой кукурузой	41	63	0,65	0,87	2,47	3,41	5,35	8,46	40	60	7.425/1
Уха рыбацкая	83	112	4,63	7,12	2,10	2,38	7,82	10,74	150	200	7.30/2
Котлета мясная	161	191	12,30	14,23	9,61	12,11	2,18	2,34	60	70	7.н163/6
Макаронные изделия отварные	170	213	4,35	5,12	3,35	4,27	29,71	34,62	110	130	7.н151-1
Компот из ягод замороженных	80	97	0,00	0,00	0,00	0,00	17,69	22,27	180	200	7.493/1
Хлеб ржаной	39	43	1,90	2,03	0,00	0,00	12,60	12,88	30	30	7.002
Хлеб пшеничный	69	72	2,20	2,49	0,00	0,00	15,30	15,38	30	30	7.052
Итого:	643	791	26,03	31,86	17,53	22,17	90,65	106,69	600	720	
Полдник											
Творог из творога	315	315	12,38	12,38	16,74	16,74	21,68	21,68	100	100	7.17/5
Повидло	38	51	0,00	0,00	0,00	0,00	10,37	12,95	15	20	7.185
Чай с сахаром	44	45	0,00	0,00	0,00	0,00	9,26	10,84	150	180	7.354
Итого:	397	411	12,38	12,38	16,74	16,74	41,31	45,47	265	300	
Итого за День:	1447	1707	47,54	55,88	47,78	55,85	192,34	226,39	1326	1596	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ-детский сад № 521
Волкова С.Л.
"01" "Июль" 2020 г.

10-ти дневное меню

9-й День четверг

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ-детский сад № 521
Волкова С.Л.

20 16 г.

Наименование блюда	ккал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход Блюда		№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша вязкая из пшени и риса молочная "Дружба 3" с маслом *	170,90	238,07	4,31	5,03	4,47	7,36	23,67	32,04	150	200	7.09/11
	119,06	125,73	4,52	4,17	7,58	6,84	12,30	14,30	25	45	7.4/13
Батон с маслом и сыром	42,58	46,03	0,00	0,00	0,00	0,00	9,85	10,70	150	180	7.35/4/6
Итого:	332,54	409,83	8,83	9,20	12,05	14,20	45,82	57,04	325	425	
Завтрак второй											
Фрукт (Яблоко)	40,00	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,70	10,70	100	100	7.3/4/6
Итого:	40,00	40,00	0,00	0,00	0,00	0,00	10,70	10,70	100	100	
Обед											
Салат из отвар. картофеля, моркови, свеклы с реп. луком, сол. огурцом растительным маслом	55,51	84,03	0,56	0,81	3,58	5,38	4,29	6,24	40	60	7.29/1
Суп-лапша с мясом кури со сметаной *	147,71	175,77	6,51	7,55	7,73	8,67	9,82	11,61	150	200	7.47/6
	183,70	239,40	11,86	14,95	12,02	15,34	2,47	3,10	60	80	7.н190-3с/5
Гуляш из мяса кури.	145,25	150,29	3,65	3,64	4,27	4,57	23,82	22,77	110	120	7.368-1
Греча с овощами	46,35	60,09	0,36	0,43	0,00	0,00	10,52	13,31	150	180	7.115/3
Компот из сухофруктов	54,30	55,60	1,90	1,90	0,00	0,00	12,60	12,60	30	30	7.002
Хлеб ржаной	69,30	71,00	2,20	2,20	0,00	0,00	15,10	15,10	30	30	7.052
Хлеб пшеничный	702,12	836,18	27,04	31,48	27,60	33,96	78,62	84,73	570	700	
Итого:	262,09	276,12	10,10	10,63	6,03	6,37	35,38	36,28	170	180	
Полдник											
Йогурт питьевой *	118,69	130,67	6,98	7,51	4,47	4,81	11,87	12,77	140	150	7.023
Печенье	143,40	145,45	3,12	3,12	1,56	1,56	23,51	23,51	30	30	7.308
Итого:	262,09	276,12	10,10	10,63	6,03	6,37	35,38	36,28	170	180	
Итого за день:	1336,75	1562,13	45,97	51,31	49,21	54,53	174,43	188,75	1165	1405	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны

10-ти Дневное Меню

10-й День пятница

Утверждаю:
Заведующий
МБДОУ-детский сад № 521
Волкова С.Л.

" 01 " января 2026 г.

2026 г.

Наименование блюда	кКал		Белки		Жиры		Углеводы		Выход блюда		№ рецептуры
	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	ясли	сад	
Завтрак											
Каша ячневая молочная с маслом сливочным *	170,70	238,70	4,60	5,60	3,62	6,20	25,53	34,40	150	200	8.14/4
Батон с маслом	104,70	117,80	1,90	2,29	4,70	6,30	15,30	15,51	36	36	7.035/3
Какао с молоком	120,54	126,10	2,78	2,89	2,85	3,28	17,60	19,10	150	180	7.14/10
Итого:	395,94	482,60	9,28	10,78	11,17	15,78	58,43	69,01	336	416	
Завтрак второй											
Сок фруктовый	57,00	66,01	0,60	0,70	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	7.031/5
Итого:	57,00	66,01	0,60	0,07	0,00	0,00	12,80	14,10	125	140	
Обед											
Салат из свежкы с чесноком	42,90	44,39	0,70	0,87	1,67	1,81	4,90	6,46	45	60	7.143
Суп-пюре гороховый	118,90	142,57	5,81	7,73	2,11	2,43	18,20	21,39	150	180	7.29/2
Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с овощами	300,20	378,69	12,85	17,40	12,30	14,24	30,80	37,61	200	250	7.38/8
Компот из ягод замороженных	53,80	59,70	0,00	0,00	0,00	0,00	15,60	21,40	180	200	7.493/1
Хлеб ржаной	54,30	55,60	1,90	1,90	0,00	0,00	12,60	12,60	30	30	7.002
Гренки	83,30	85,20	2,90	2,90	0,00	0,00	15,80	15,80	30	30	7.34/2/1
Итого:	653,40	766,15	24,16	30,80	16,08	18,48	97,90	115,26	635	750	
Полдник											
Макаронные изделия в молоке с маслом *	152,10	195,10	2,80	3,40	3,10	4,80	7,53	12,70	100	200	7.н132/3
Чай с сахаром	36,30	38,50	0,00	0,00	0,00	0,00	10,60	10,60	150	180	7.354/6
Хлеб пшеничный	34,70	35,10	1,10	1,10	0,00	0,00	7,60	7,60	15	15	7.049
Итого:	223,10	268,70	3,90	4,50	3,10	4,80	25,73	30,90	265	395	
Итого за день:	1329,44	1583,46	43,96	46,15	49,21	39,06	174,43	229,27	1361	1701	

* Детям с пищевой аллергией данное блюдо приготавливается без добавления молока и сметаны