УТВЕРЖДАЮ Заведующая БДОУ МО Динской район "Детский сад №1" Зайченко О. Н.

приказ № 80 от 29.10.2021 г

летнее

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд

Возрастна

я Дети 3-7 лет

категория:

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетич еская | № рецепту | |
|---|--|--------------------|------------------|---------------|------------------------|--------------------|--------------|--|
| | | | Белки | Жиры Углеводы | | ценность | ры | |
| День 1 | | | | | | | | |
| BABTPAK | Каша гречневая вязкая | 150 | 6,70 | 5,88 | 30,09 | 131,6 | 243 | |
| | Икра кабачковая (промышленного | | 100 100 1007 | | | | | |
| | производства) | 60 | 1,14 | 5,34 | 38,60 | 35,1 | 121 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 78,3 | 114 | |
| * | Масло сливочное | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 66,2 | 111 | |
| | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2,88 | 2,43 | 14,31 | 71,1 | 513 | |
| ИТОГО ЗА З | | 440 | 12,29 | 22,06 | 92,92 | 382,3 | | |
| 10:00 | Плоды свежие | 150 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 90,1 | 118 | |
| <u> 1ТОГО ЗА 1</u> | | 150 | 0,48 | 0,48 | 11,76 | 90,1 | | |
| ОБЕД | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 8,68 | 10,08 | 24,26 | 157,2 | 133 | |
| | Плов | 160 | 13,28 | 25,49 | 29,09 | 305,3 | 411 | |
| | Овощи натуральные | 60 | 0,48 | 0,06 | 1,50 | 14,4 | 112 | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 115 | |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | | - | St. 1975 | Appendix of the second | | | |
| | витаминизированные | 160 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 78,5 | 537 | |
| MTOFO 3A C | | 630 | 26,64 | 36,41 | 89,73 | 642,4 | | |
| УПЛОТНЕН | Омлет натуральный | 100 | 8,62 | 13,38 | 2,31 | 310,5 | 307 | |
| | Овощи натуральные | 60 | 0,66 | 0,12 | 2,28 | 14,4 | 112 | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 78,3 | 114 | |
| | Чай с сахаром, лимоном | 180 | 0,18 | 0,00 | 11,72 | 22 | 503 | |
| | /ПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 380 | 10,98 | 13,66 | 26,15 | 425,2 | | |
| /ЖИН 2 | Пирожки запеченные из сдобного теста с повидлом | 80 | 4,80 | 4,26 | 48,80 | 190,5 | 561 | |
| | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 | 5,22 | 4,50 | 7,20 | 98,2 | 535 | |
| ИТОГО ЗА У | | 260 | 10,02 | 8,76 | 56 | 288,7 | | |
| ИТОГО ЗА Д | | 1860 | 60,41 | 81,37 | 276,56 | 1828,7 | | |
| День 2 | | | | | | | | |
| BABTPAK | Каша из хлопьев овсяных "Геркулес" жидкая | 180 | 6,44 | 8,46 | 25,92 | 159,6 | 272 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 2,28 | 0,24 | 14,76 | 70,5 | 114/1 | |
| | Масло сливочное | 10 | 0,05 | 8,25 | 0,08 | 66,2 | 111 | |
| | Сыр твердый порциями | 15 | 3,84 | 3,92 | 0,00 | 51,45 | 106 | |
| | Чай с сахаром, лимоном | 180 | 0,18 | 0,00 | 11,72 | 22 | 503 | |
| ИТОГО ЗА З | | 415 | 12,79 | 20,87 | 52,48 | 369,75 | | |
| 10:00 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | | | 2 | | - 4 | } | |
| 10.00 | витаминизированные | 160 | 0,90 | 0,18 | 18,18 | 78,5 | 537 | |
| ИТОГО ЗА 1 | | 160 | 0,9 | 0,18 | 18,18 | 78,5 | | |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми | 200 | 1,84 | 3,40 | 12,10 | 145,3 | 149 | |
| | Гренки из пшеничного хлеба | 20 | 2,25 | 0,23 | 13,95 | 28,7 | 176 | |
| | Котлеты, биточки, шницели | 80 | 9,39 | 19,10 | 12,78 | 178,6 | 386 | |
| | Икра свекольная или морковная | 130 | 3,12 | 9,23 | 13,52 | 149,5 | 124 | |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3,30 | 0,60 | 16,70 | 87 | 115 | |
| | Компот из плодов шиповника | 180 | 0,14 | 0,14 | 15,21 | 82,1 | 538 | |
| ИТОГО ЗА | | 660 | 20,04 | 32,7 | 84,26 | 671,2 | | |
| | Рыба запеченная со взбитым яйцом | 80 | 6,85 | 5,77 | 6,96 | 154,3 | 344 | |
| | Картофельное пюре | 130 | 2,73 | 5,72 | 14,17 | 182,3 | 434 | |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1,52 | 0,16 | 9,84 | 70,5 | 114 | |
| | Кисель из кураги | 180 | 0,25 | 0,02 | 23,17 | 89,2 | 521 | |
| | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 420 | 11,35 | 11,67 | 54,14 | 496,3 | | |
| ΝΤΟΓΟ 3Δ \ | | 40 | 2,25 | 2,94 | 22,32 | 92,3 | 609 | |
| | Кондитерское изделие промышленного пр-ва | | | | 7,20 | 98,2 | 535 | |
| ИТОГО ЗА У УЖИН 2 | Кондитерское изделие промышленного пр-ва | | 5.22 | 4.50 | 1.20 | | | |
| УЖИН 2 | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 | 5,22 7.47 | 4,50 7.44 | | | | |
| УЖИН 2 ИТОГО ЗА) | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 | 180 220 | 7,47 | 7,44 | 29,52 | 190,5 | | |
| УЖИН 2 ИТОГО ЗА У ИТОГО ЗА Д | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 | 180 | | | | | | |
| УЖИН 2 ИТОГО ЗА) ИТОГО ЗА Д Цень3 | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ЦЕНЬ: | 180 220 1875 | 7,47 52,55 | 7,44 72,86 | 29,52 238,58 | 190,5 1806,25 | | |
| | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ЦЕНЬ: | 180 220 | 7,47 | 7,44 | 29,52 | 190,5 | 297 114 | |

| 40.00 | Ппопи споучно | 150 | 0.40 | 0.40 | 44.70 | 00.4 | 110 |
|---|---|--|--|--|--|---|---|
| 10:00 | Плоды свежие ИТОГО ЗА 10:00 | 150 150 | 0.48 0.48 | 0.48 0.48 | 11.76 11.76 | 90.1 90.1 | 118 |
| ОБЕД | Борщ с капустой и картофелем | 200 | 8.68 | 10.08 | 24.26 | 157.2 | 133 |
| ОВЕД | Жаркое по-домашнему | 160 | 8.85 | 19.71 | 14.50 | 310.3 | 374 |
| | Овощи натуральные | 60 | 0.66 | 0.12 | 2.28 | 14.4 | 112 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1.52 | 0.12 | 9.84 | 68.5 | 114 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3.30 | 0.60 | 16.70 | 87 | 115 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0.45 | 0.00 | 24.30 | 82.8 | 527 |
| | ИТОГО ЗА ОБЕД | 680 | 23.46 | 30.67 | 91.88 | 720.2 | 321 |
| ЕППГІЙ Ц | Пудинг творожный запеченный | 150 | 20.70 | 19.70 | 31.69 | 357.8 | 325 |
| сппын н | Соус молочный сладкий | 50 | 1.30 | 3.18 | 7.86 | 46.9 | 449 |
| | Хлеб пшеничный | 20 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 57.6 | 114 |
| | Яйца вареные | 50 | 6.38 | 5.75 | 0.38 | 60.1 | 306 |
| | лица вареные Какао с молоком | 180 | 3.35 | 3.73 | 17.08 | 109.57 | 508 |
| | | 450 | 33.25 | 32.08 | 66.85 | 631.97 | 500 |
| | ИТОГО ЗА УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 40 | 0.84 | | | 92.3 | 607 |
| УЖИН 2 | Кондитерское изделие промышленного пр-ва | - | 5.22 | 0.99 | 23.19 | | |
| итого за | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 220 | 6.06 | 4.50 5.49 | 7.20 30.39 | 98.2 190.5 | 535 |
| | | 1865 | 73.74 | 81.63 | 247.69 | 1966.5 | |
| итого за | депь: | 1005 | 13.14 | 01.03 | 247.09 | 1900.5 | <u> </u> |
| <u> 1ень 4</u> | I/C | 100 | T 50 | 0.74 | 07.77 | 100.00 | 000 |
| BABTPAK | Каша манная молочная жидкая | 180 | 5.58 | 6.71 | 27.77 | 193.86 | 268 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| 47050 5 5 | Кофейный напиток с молоком | 180 | 2.88 | 2.43 | 14.31 | 71.1 | 513 |
| <u>итого за</u> : | | 400 | 9.98 | 9.3 | 51.92 | 343.26 | |
| 0:00 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 160 | 0.90 | 0.18 | 18.18 | 95 | 537 |
| ИТОГО ЗА | | 160 | 0.9 | 0.18 | 18.18 | 95 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 8.02 | 7.42 | 24.10 | 176.3 | 152 |
| | Курица в сметанном соусе | 70 | 5.54 | 8.77 | 1.82 | 154.3 | 410 |
| | Каша пшеничная вязкая | 130 | 4.99 | 4.42 | 27.36 | 152.28 | 249 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3.30 | 0.60 | 16.70 | 87 | 115 |
| | Кисель из яблок сушеных | 180 | 0.25 | 0.02 | 23.17 | 82.1 | 519 |
| 1ТОГО ЗА | | 630 | 22.1 | 21.23 | 93.15 | 651.98 | |
| /ПЛОТНЕН | Рыба, тушенная в томате с овощами | 80 | 8.10 | 4.62 | 2.67 | 168.13 | 349 |
| | Картофельное пюре | 130 | 2.73 | 5.72 | 14.17 | 182.3 | 434 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.18 | 0.00 | 11.72 | 20 | 502 |
| | | 100 | 0.10 | | | | |
| итого за | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 430 | 12.53 | 10.5 | 38.4 | 448.73 | |
| | | | | | 38.4 48.38 | 448.73 144.1 | 583 |
| УЖИН 2 | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 430 80 180 | 12.53 6.43 5.22 | 10.5 | | 144.1 98.2 | 583 535 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 | 430 80 | 12.53 6.43 | 10.5 8.31 | 48.38 | 144.1 | |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 | 430 80 180 260 | 12.53 6.43 5.22 11.65 | 10.5 8.31 4.50 12.81 | 48.38 7.20 55.58 | 144.1 98.2 242.3 | |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА Цень 5 | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: | 80 180 260 1880 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 | 48.38 7.20 55.58 257.23 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 | 535 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА Цень 5 | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая | 430 80 180 260 1880 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 | 48.38 7.20 55.58 257.23 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 | 535 535 271 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА Цень 5 | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные | 430 80 180 260 1880 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 | 535 271 306 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА Цень 5 | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный | 430 80 180 260 1880 1880 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 | 271 306 114 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА Цень 5 ВАВТРАК | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое | 430 80 180 260 1880 1880 50 40 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 | 271 306 114 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 5 ВАВТРАК ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 | 271 306 114 534 |
| /ЖИН 2 1ТОГО ЗА 1ТОГО ЗА ВАВТРАК 1ТОГО ЗА 0:00 | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 | 271 306 114 534 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ВАВТРАК ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА 10:00 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 160 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 | 271 306 114 534 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ВАВТРАК ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА 10:00 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 160 200 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 0.18 8.56 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 | 271 306 114 534 537 |
| ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА 0:00 ТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 160 200 70 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 | 271 306 114 534 537 136 395 |
| ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА 0:00 ТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 160 200 70 150 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 | 271 306 114 534 537 136 395 243 |
| ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА 0:00 ТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные | 180 180 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 | 271 306 114 534 537 136 395 243 112 |
| ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА ТОГО ЗА 0:00 ТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной | 180 180 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 | 271 306 114 534 537 136 395 243 112 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ВАВТРАК ИТОГО ЗА 0:00 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов | 180 180 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 | 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 |
| ТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 | 5.74 6.38 1.52 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.14 32.67 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 |
| ТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) | 180 180 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 |
| ТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА ТТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД НАзу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные | 180 180 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 60 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 370 112 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ВАВТРАК ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ОБЕД | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД НАзу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный | 180 180 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 160 50 70 150 60 50 180 710 180 40 40 40 40 40 40 40 40 40 4 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ВАВТРАК ИТОГО ЗА О:00 ИТОГО ЗА ОБЕД ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД НАзу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром | 430 80 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 160 200 70 150 60 50 180 710 180 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.16 0.00 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 |
| ТОГО ЗА ТТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД НАзу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 430 80 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 40 180 40 40 40 40 40 40 40 40 40 4 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.10 0.18 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 370 112 114 502 |
| ТОГО ЗА ТТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД НАзу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 40 180 40 180 40 180 40 40 40 40 40 40 40 40 40 4 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 0.18 0.18 0.18 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.00 8.74 5.52 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 115 526 370 112 114 502 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 40 180 40 180 40 180 40 180 40 40 40 40 40 40 40 40 40 4 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.10 0.16 0.10 0 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 115 526 370 112 114 502 |
| ТОГО ЗА ТТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 260 1880 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 460 70 180 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 5.22 | 6.08 5.75 0.16 4.50 11.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 11.8 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.1 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.20 7.2 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 115 526 370 112 114 502 |
| ТОГО ЗА ТТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 180 260 1880 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 40 180 40 180 40 180 40 180 40 40 40 40 40 40 40 40 40 4 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 | 6.08 5.75 0.16 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.10 0.16 0.10 0 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 115 526 370 112 114 502 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 260 1880 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 460 70 180 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 5.22 | 6.08 5.75 0.16 4.50 11.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 11.8 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.1 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.2 209.33 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 1832.8 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 115 526 370 112 114 502 |
| 7ЖИН 2 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 260 1880 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 460 70 180 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 5.22 | 6.08 5.75 0.16 4.50 11.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 11.8 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.1 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.20 7.2 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 370 112 114 502 535 |
| ИТОГО ЗА ИТ | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: | 180 260 1880 180 260 1880 180 50 40 180 450 160 200 70 150 60 50 180 710 180 460 70 180 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 1.52 12.68 4.98 5.22 5.22 63.37 | 6.08 5.75 0.16 4.50 11.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 11.8 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.1 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.2 209.33 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 1832.8 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 370 112 114 502 535 535 |
| ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД НАзу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая | 430 80 180 260 1880 180 180 180 180 18 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 5.22 63.37 | 6.08 5.75 0.16 4.50 11.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 11.8 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.18 0.1 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.2 209.33 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 1832.8 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 370 114 502 535 535 |
| 7ЖИН 2 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Хлеб пшеничный | 430 80 180 260 1880 180 180 160 160 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 1.52 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 5.22 63.37 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.00 8.74 5.52 4.50 4.5 62.58 | 48.38 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.2 209.33 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 1832.8 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 502 535 535 273 114 111 |
| ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Хлеб пшеничный Масло сливочное Чай с сахаром | 430 80 180 260 1880 180 180 180 160 160 180 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 0.9 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 5.22 63.37 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.00 8.74 5.52 4.50 4.5 62.58 | 48.38 7.20 55.58 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.2 209.33 33.35 9.84 0.08 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 1832.8 | 271 306 114 |
| /ЖИН 2 ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Хлеб пшеничный Масло сливочное Чай с сахаром | 430 80 80 180 260 1880 180 450 160 200 70 150 60 40 180 450 180 450 180 450 180 450 180 450 18 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 5.22 5.22 63.37 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.00 8.74 5.52 4.50 4.5 62.58 | 48.38 7.20 55.58 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.2 209.33 33.35 9.84 0.08 11.72 54.99 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 1832.8 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 535 535 535 535 |
| ИТОГО ЗА ИТ | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Булочка домашняя Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша молочная кукурузная жидкая Яйца вареные Хлеб пшеничный Молоко кипяченое ЗАВТРАК Соки овощные, фруктовые и ягодные 10:00 Свекольник Тефтели из свинины с рисом ("ежики") Каша гречневая вязкая Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов ОБЕД Азу из говядины(сердце говяжье) Овощи натуральные Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК Пирожки из сдобного теста с фаршем Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Каша пшенная молочная жидкая Хлеб пшеничный Масло сливочное Чай с сахаром ЗАВТРАК Плоды свежие | 430 80 180 260 1880 180 50 40 150 60 180 180 460 70 18 | 12.53 6.43 5.22 11.65 57.16 5.74 6.38 1.52 5.22 18.86 0.90 7.80 7.29 6.70 0.48 3.30 0.14 25.71 10.50 0.48 1.52 0.18 12.68 4.98 5.22 5.22 63.37 | 10.5 8.31 4.50 12.81 54.02 6.08 5.75 0.16 4.50 16.49 0.18 8.56 17.43 5.88 0.06 0.60 0.14 32.67 8.52 0.06 0.16 0.00 8.74 5.52 4.50 4.5 62.58 | 48.38 7.20 55.58 7.20 55.58 257.23 33.46 0.38 9.84 8.64 52.32 18.18 17.20 9.32 30.09 1.50 16.70 15.21 90.02 18.55 1.50 9.84 11.72 41.61 30.17 7.20 7.2 209.33 33.35 9.84 0.08 11.72 | 144.1 98.2 242.3 1781.27 189.3 60.1 78.3 95.4 423.1 78.5 78.5 149.7 198.4 131.6 14.4 87 82.8 663.9 328.1 14.4 78.3 20 440.8 128.3 98.2 226.5 1832.8 | 535 271 306 114 534 537 136 395 243 112 115 526 535 562 535 273 114 111 502 |

| | fra. | | | | | | |
|---|--|---|---|--|--|--|--|
| | Картофельное пюре | 130 | 2.73 | 5.72 | 14.17 | 182.3 | 434 |
| | Мясо тушеное | 70 | 7.89 | 17.42 | 1.40 | 174.3 | 369 |
| | Овощи натуральные | 60 | 0.66 | 0.12 | 2.28 | 14.4 | 112 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3.30 | 0.60 | 16.70 | 87 | 115 |
| | | | | | | | |
| | Кисель из яблок сушеных | 180 | 0.25 | 0.02 | 23.17 | 82.1 | 519 |
| ИТОГО ЗА | | 690 | 16.53 | 27.96 | 69.36 | 662 | |
| УПЛОТНЕН | I I Омлет натуральный | 100 | 8.62 | 13.38 | 2.31 | 310.5 | 307 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| | Икра кабачковая (промышленного | 70 | 1.02 | 0.10 | 0.04 | 70.0 | 117 |
| | | 00 | | 5.04 | 00.00 | 05.4 | 404 |
| | производства) | 60 | 1.14 | 5.34 | 38.60 | 35.1 | 121 |
| | Молоко кипяченое | 180 | 5.22 | 4.50 | 8.64 | 95.4 | 534 |
| ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 380 | 16.5 | 23.38 | 59.39 | 519.3 | |
| УЖИН 2 | Булочка молочная | 70 | 6.72 | 1.54 | 39.34 | 160.1 | 585 |
| 7 /KVII 1 Z | | 180 | 5.22 | 4.50 | 7.20 | 98.2 | 535 |
| | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | | | | | | 535 |
| ИТОГО ЗА | | 250 | 11.94 | 6.04 | 46.54 | 258.3 | |
| итого за | ДЕНЬ: | 1880 | 54.33 | 72.75 | 242.04 | 1888.06 | |
| День 7 | | <u> </u> | | | | | |
| 3ABTPAK | Каша рисовая молочная жидкая | 180 | 4.99 | 7.76 | 29.16 | 147.3 | 274 |
| SABIPAK | · | | | | | | |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| | Масло сливочное | 10 | 0.05 | 8.25 | 0.08 | 66.2 | 111 |
| | Сыр твердый | 15 | 3.84 | 3.92 | 0.00 | 51.45 | 106 |
| | Чай с сахаром и лимоном | 180 | 0.18 | 0.00 | 11.72 | 22 | 503 |
| итого за | | 425 | 10.58 | 20.09 | 50.8 | 365.25 | 555 |
| | | | | | | | 507 |
| 10:00 | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 160 | 0.90 | 0.18 | 18.18 | 78.5 | 537 |
| итого за | | 160 | 0.9 | 0.18 | 18.18 | 78.5 | |
| ОБЕД | Суп картофельный с рыбой | 200 | 7.88 | 3.86 | 12.12 | 131.9 | 156 |
| I | Котлеты, биточки, шницели | 80 | 9.39 | 19.10 | 12.78 | 178.6 | 386 |
| | | | | | | | |
| | Капуста тушеная | 130 | 4.81 | 4.68 | 5.07 | 99.3 | 428 |
| | Хлеб пшеничный | 40 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| I | Хлеб ржаной | 50 | 3.30 | 0.60 | 16.70 | 87 | 115 |
| | Компот из свежих плодов или ягод | 180 | 0.14 | 0.14 | 15.21 | 82.1 | 526 |
| итого за | | 680 | 27.04 | 28.54 | 71.72 | 657.2 | 020 |
| | | | | | | | 004 |
| ALDIOLHEH | Вареники ленивые | 150 | 21.21 | 16.14 | 20.51 | 312.15 | 331 |
| | Соус молочный сладкий | 50 | 1.30 | 3.18 | 7.86 | 46.9 | 449 |
| | Кофейный напиток с молоком (1-й вариант) | 180 | 2.88 | 2.43 | 14.31 | 71.1 | 513 |
| ΜΤΟΓΟ 3Δ | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 380 | 25.39 | 21.75 | 42.68 | 430.15 | |
| УЖИН 2 | Кондитерское изделие промышленного пр-ва | 40 | 2.25 | 2.94 | 22.32 | 92.3 | 609 |
| 7 /N/IFI Z | | _ | | | | | |
| | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 | 5.22 | 4.50 | 7.20 | 98.2 | 535 |
| ИТОГО ЗА | | 220 | 7.47 | 7.44 | 29.52 | 190.5 | |
| итого за | ДЕНЬ: | 1865 | 71.38 | 78 | 212.9 | 1721.6 | |
| День 8 | | | | | | | |
| 3ABTPAK | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 5.13 | 4.73 | 17.08 | 138.9 | 171 |
| DAD I FAK | , | 40 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| | Хлеб пшеничный | _ | | | | | |
| | Сыр твердый порциями | 15 | 3.84 | 3.92 | 0.00 | 51.45 | 106 |
| | Какао с молоком | 180 | 3.35 | 3.29 | 17.08 | 400 57 | 508 |
| ИТОГО ЗА | ЗАВТРАК | | | | | 109.57 | |
| | | 415 | 13.84 | | | | |
| 10:00 | | 415 | 13.84 0.48 | 12.1 | 44 | 378.22 | 110 |
| илиого за | Плоды свежие | 150 | 0.48 | 12.1 0.48 | 44 11.76 | 378.22 90.1 | 118 |
| | Плоды свежие 10:00 | 150 150 | 0.48 0.48 | 12.1 0.48 0.48 | 44 11.76 11.76 | 378.22 90.1 90.1 | |
| ОБЕД | Плоды свежие | 150 | 0.48 | 12.1 0.48 0.48 1.90 | 44 11.76 | 378.22 90.1 90.1 167.8 | 118 151 |
| | Плоды свежие 10:00 | 150 150 | 0.48 0.48 | 12.1 0.48 0.48 | 44 11.76 11.76 | 378.22 90.1 90.1 | |
| | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая | 150 150 200 130 | 0.48 0.48 0.88 3.55 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 | 151 252 |
| | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы | 150 150 200 130 70 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 | 151 252 742 |
| | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные | 150 150 200 130 70 60 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 | 151 252 742 112 |
| | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной | 150 150 200 130 70 60 50 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 | 151 252 742 112 115 |
| | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные | 150 150 200 130 70 60 50 180 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 | 151 252 742 112 |
| | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод | 150 150 200 130 70 60 50 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 | 151 252 742 112 115 |
| ОБЕД | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 | 151 252 742 112 115 526 |
| ОБЕД | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 | 151 252 742 112 115 526 |
| ОБЕД | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 | 151 252 742 112 115 526 351 463 |
| ОБЕД | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 | 151 252 742 112 115 526 |
| ОБЕД | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 | 151 252 742 112 115 526 351 463 |
| ОБЕД | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 |
| ОБЕД | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 |
| ОБЕД | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 |
| ОБЕД ИТОГО ЗА УПЛОТНЕН | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 |
| ИТОГО ЗА ОИТОГО ЗА О | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 500 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 |
| ОБЕД ИТОГО ЗА УПЛОТНЕН | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 |
| ИТОГО ЗА ОИТОГО ЗА О | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 500 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 130 60 40 180 500 70 180 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА УЖИН 2 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 150 150 200 130 70 60 50 180 70 20 130 70 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА УКИН 2 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 130 60 40 180 500 70 180 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 9 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 150 150 200 130 70 60 50 180 70 20 130 70 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 9 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: | 150 150 200 130 70 60 50 180 70 20 130 70 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 58.79 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 1848.94 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА УЖИН 2 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: | 150 150 200 130 70 60 50 180 70 20 130 70 690 70 180 500 70 180 250 2005 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 58.79 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 58.7 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 222.55 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 1848.94 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 574 535 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 9 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Голубцы ленивые Хлеб пшеничный | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 2005 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 58.79 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 58.7 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 222.55 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 1848.94 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 574 535 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 9 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Голубцы ленивые Хлеб пшеничный Масло сливочное | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 2005 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 58.79 15.30 1.52 0.05 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 58.7 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 222.55 7.20 9.84 0.08 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 1848.94 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 574 535 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 9 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Голубцы ленивые Хлеб пшеничный | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 2005 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 58.79 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 58.7 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 222.55 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 1848.94 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 574 535 |
| ИТОГО ЗА У УПЛОТНЕН УЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА День 9 ЗАВТРАК | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Голубцы ленивые Хлеб пшеничный Масло сливочное Чай с сахаром и лимоном | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 2005 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 58.79 15.30 1.52 0.05 0.18 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 58.7 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 222.55 7.20 9.84 0.08 11.72 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 1848.94 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 574 535 |
| ИТОГО ЗА З УЖИН 2 ИТОГО ЗА З ИТОГО ЗА З День 9 ЗАВТРАК | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Голубцы ленивые Хлеб пшеничный Масло сливочное Чай с сахаром и лимоном ЗАВТРАК | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 2005 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 58.79 15.30 1.52 0.05 0.18 17.05 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 58.7 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 222.55 7.20 9.84 0.08 11.72 28.84 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 1848.94 184.3 78.3 66.2 22 350.8 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 574 535 |
| ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА УЖИН 2 ИТОГО ЗА ИТОГО ЗА ДЕНЬ 9 | Плоды свежие 10:00 Суп картофельный с клецками Каша кукурузная вязкая Суфле из птицы Овощи натуральные Хлеб ржаной Компот из свежих плодов или ягод ОБЕД Котлеты или биточки рыбные Соус томатный с овощами Картофельное пюре Икра кабачковая (промышленного производства) Хлеб пшеничный Чай с сахаром УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК "Крендель сахарный" Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка УЖИН 2 ДЕНЬ: Голубцы ленивые Хлеб пшеничный Масло сливочное Чай с сахаром и лимоном ЗАВТРАК Плоды свежие | 150 150 200 130 70 60 50 180 690 70 20 130 60 40 180 500 70 180 250 2005 | 0.48 0.48 0.88 3.55 10.33 0.66 3.30 0.14 18.86 9.73 0.24 2.73 1.14 1.52 0.18 15.54 4.85 5.22 10.07 58.79 15.30 1.52 0.05 0.18 | 12.1 0.48 0.48 1.90 5.88 10.32 0.12 0.60 0.14 18.96 1.47 0.82 5.72 5.34 0.16 0.00 13.51 9.15 4.50 13.65 58.7 | 44 11.76 11.76 6.38 28.94 0.36 2.28 16.70 15.21 69.87 6.72 1.49 14.17 4.62 9.84 11.72 48.56 41.16 7.20 48.36 222.55 7.20 9.84 0.08 11.72 | 378.22 90.1 90.1 167.8 151.8 157.1 14.4 87 82.8 660.9 149.7 14.32 182.3 35.1 78.3 20 479.72 141.8 98.2 240 1848.94 | 151 252 742 112 115 526 351 463 434 121 114 502 574 535 |

| ОБЕД | Щи из свежей капусты с картофелем | 200 | 1.40 | 3.98 | 6.22 | 128.1 | 147 |
|-----------------|--|--------|--------|--------|---------|----------|-----|
| | Каша гречневая вязкая | 150 | 6.70 | 5.88 | 30.09 | 131.6 | 243 |
| | Мясо тушеное | 70 | 7.89 | 17.42 | 1.40 | 174.3 | 369 |
| | Овощи натуральные | 60 | 0.48 | 0.06 | 1.50 | 14.4 | 112 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3.30 | 0.60 | 16.70 | 87 | 115 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| | Кисель из кураги | 180 | 0.25 | 0.02 | 23.17 | 82.1 | 521 |
| итого за | ОБЕД | 740 | 21.54 | 28.12 | 88.92 | 695.8 | |
| УПЛОТНЕН | В Запеканка из творога | 150 | 24.00 | 25.20 | 23.90 | 343.96 | 319 |
| | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 | 5.22 | 4.50 | 7.20 | 98.2 | 535 |
| ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 330 | 29.22 | 29.7 | 31.1 | 442.16 | |
| УЖИН 2 | Кондитерское изделие промышленного пр-ва | 40 | 2.25 | 2.94 | 22.32 | 92.3 | 609 |
| | Молоко кипяченое | 180 | 5.22 | 4.50 | 8.64 | 98.2 | 534 |
| ИТОГО ЗА | ОГО ЗА УЖИН 2 | | 7.47 | 7.44 | 30.96 | 190.5 | |
| ИТОГО ЗА | ИТОГО ЗА ДЕНЬ: | | 75.76 | 89.09 | 191.58 | 1769.36 | |
| День 10 | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная молочная жидкая | 180 | 5.58 | 6.71 | 27.77 | 193.86 | 268 |
| | Яйца вареные | 50 | 6.38 | 5.75 | 0.38 | 60.1 | 306 |
| | Масло сливочное | 10 | 0.05 | 8.25 | 0.08 | 66.2 | 111 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| | Чай с сахаром | 180 | 0.18 | 0.00 | 11.72 | 22 | 502 |
| ИТОГО ЗА | ЗАВТРАК | 450 | 13.71 | 20.87 | 49.79 | 420.46 | |
| 10:00 | Плоды свежие | 150 | 0.48 | 0.48 | 11.76 | 90.1 | 118 |
| ИТОГО ЗА | 10:00 | 150 | 0.48 | 0.48 | 11.76 | 67.8 | |
| ОБЕД | Суп с перловой крупой | 180 | 1.33 | 3.65 | 10.15 | 175.3 | 110 |
| | Котлеты, биточки, шницели | 80 | 9.39 | 19.10 | 12.78 | 178.6 | 386 |
| | Каша кукурузная вязкая | 130 | 3.55 | 5.88 | 28.94 | 151.8 | 252 |
| | Хлеб ржаной | 50 | 3.30 | 0.60 | 16.70 | 87 | 115 |
| | Компот из кураги | 180 | 0.14 | 0.14 | 15.21 | 82.1 | 526 |
| ИТОГО ЗА | ОБЕД | 620 | 17.71 | 29.37 | 83.78 | 674.8 | |
| УПЛОТНЕН | НПечень говяжья с тушенной капустой | 150 | 8.77 | 15.78 | 12.28 | 305.9 | 371 |
| | Овощи натуральные | 60 | 0.48 | 0.06 | 1.50 | 14.4 | 112 |
| | Хлеб пшеничный | 30 | 1.52 | 0.16 | 9.84 | 78.3 | 114 |
| | Соки овощные, фруктовые и ягодные | 200.00 | 0.75 | 0.15 | 15.15 | 105.00 | 537 |
| ИТОГО ЗА | УПЛОТНЕННЫЙ ПОЛДНИК | 440 | 11.52 | 16.15 | 38.77 | 503.6 | |
| УЖИН 2 | Кондитерское изделие промышленного пр-ва | 40 | 0.84 | 0.99 | 23.19 | 92.3 | 607 |
| | Кефир, ацидофилин, простокваша, ряженка | 180 | 5.22 | 4.50 | 7.20 | 98.2 | 535 |
| итого за | УЖИН 2 | 220 | 6.06 | 5.49 | 30.39 | 190.5 | |
| итого за | ДЕНЬ: | 1880 | 49.48 | 72.36 | 214.49 | 1857.16 | |
| | ВЕСЬ ПЕРИОД: | 18910 | 616.97 | 723.36 | 2312.95 | 18300.64 | |
| | ВНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД: | 1836 | 60.13 | 73.27 | 230.36 | 1819 | |

Примерное меню и пищевая ценность приготовляемых блюд составленно на основании сборника "Технологических нормативов,рецептур блюд и кулинарных изделий для детских учреждений" под редакцией : Я. Перевалов.Л.С.Коровка. Н.В. Тапешкина.А.С. Гришина.Е.В. Кашина.2013г.

| Пирожки | | | | | |
|------------|----|------|------|-------|-------|
| печеные из | | | | | |
| сдобного | | | | | |
| теста с | | | | | |
| фаршем | 70 | 4.98 | 5.52 | 30.17 | 143.5 |