

"Утверждено"

Директор ООО "СОЮЗ-Р"



"Согласовано"

Заведующий Д/С №3



Синиц

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

1 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША вязкая молочная (ГЕРКУЛЕСОВАЯ) №168	150		5,60	6,00	25,40	182,70	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150		2,30	1,80	12,80	77,10	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,10	7,30	0,10	74,80	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		2,25	0,15	15,00	71,10	
Итого за прием пищи:	340		10,25	15,25	53,30	405,70	
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,40	0,40	9,50	45,60	
Итого за прием пищи:	100		0,40	0,40	9,50	45,60	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,50	0,05	2,70	12,90	
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ №67	150		1,20	3,00	5,40	53,70	
КОТЛЕТА РУБЛЕНАЯ ИЗ ПТИЦЫ №305	50		8,30	8,30	8,20	140,60	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №165	110		6,20	4,60	28,00	182,70	
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	30		0,40	1,40	2,00	24,50	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150		0,20	-	11,40	46,50	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,50	0,10	10,00	47,40	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,30	0,20	8,50	40,80	
Итого за прием пищи:	560		19,60	17,65	76,20	549,10	
Уплотненный полдник							
ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ № 216	80		6,13	7,60	7,91	124,23	216
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ №450	50		3,95	4,06	27,24	161,00	ГТК №100
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,50	0,10	10,00	47,40	ГТК №6
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150		-	-	7,90	31,40	392
Итого за прием пищи:	300		11,58	11,76	53,05	364,03	
Всего за день:		136,10	41,8	45,1	192,1	1 364,4	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждено"

Директор ООО "СОЮЗ-К"

"Согласовано"

Заведующий Д/С №3



2 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150/2		4,3	4,2	14,8	116,3	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10гр		4,4	6,7	14,6	141,6	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4	
Итого за прием пищи:	355		8,7	10,9	37,3	289,3	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ № 87	150		3,3	3,2	9,8	80,9	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	130		19,3	22,4	11,7	324,7	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150		0,1	0,0	21,1	84,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	500		26,0	25,9	63,8	591,5	
Уплотненный Полдник							
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ №168	100		10,2	9,5	14,5	182,7	185
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №369	15		0,4	0,9	2,7	20,3	2
ЧАЙ С САХАРОМ № 392	150		0,1	0,0	7,9	31,6	398
Итого за прием пищи:	265		10,6	10,4	25,1	234,6	
Всего за день:		136,10	46,1	47,4	140,9	1 178,0	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждено"

Директор ООО "СОЮЗ-К"

"Согласовано"

Заведующий Д/С №3

3 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
Завтрак							
КАША вязкая молочная рисовая №174	150		4,1	7,2	30,8	212,5	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10 гр		0,0	3,6	0,0	37,4	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,5	0,1	9,7	46,0	
Итого за прием пищи:	372		5,8	10,9	50,5	337,6	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ с№91	150		1,3	2,0	7,3	52,4	
КОТЛЕТА РЫБНАЯ №247	70		9,0	4,9	4,6	92,5	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ №339	110		2,2	3,5	15,0	100,7	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	550		15,8	10,8	59,7	393,2	
Уплотненный полдник							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ №206	120		1,3	1,2	3,8	31,7	206
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ №372	150		0,1	0,1	17,4	71,8	372
Итого за прием пищи:	320		5,2	6,2	58,4	312,0	
Всего за день:		136,10	27,6	28,1	183,3	1 105,3	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждаю"

Директор ООО "СОЮЗ-К"

"Согласовано"

Заведующий Д/С №3



4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ (МАННАЯ) №185	150/5		4,5	2,1	24,3	134,0	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8	
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	150		2,2	1,9	11,8	73,1	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,5	0,1	9,7	46,0	
Итого за прием пищи:	345		8,3	11,4	45,9	327,9	
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		0,9	0,2	7,9	41,7	
Итого за прием пищи:	100		0,9	0,2	7,9	41,7	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150		1,2	2,9	7,5	61,8	
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	50		6,5	7,3	6,0	119,6	
СОУС ТОМАТНЫЙ №348	20		0,2	1,0	1,4	16,0	
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ №205	110		4,0	3,3	25,3	150,3	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	550		15,2	14,9	73,0	495,3	
Уплотнительный полдник							
КАПУСТА ТУШЕНАЯ №354	110		2,0	3,5	7,9	71,7	175
СУФЛЕ КУРИНОЕ №327	60		9,9	10,4	1,8	140,0	11К № 10
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	376
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4	
Итого за прием пищи:	390		14,9	15,9	78,2	516,9	
Всего за день:		136,10	39,3	42,4	205,0	1 381,8	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждаю"

Директор ООО "СОЮЗЭК"



"Согласовано"

Заведующий Д/С №3



5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Завтрак							
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150/5		5,6	6,0	25,4	182,7	
БУТЕРБРОД С СЫРОМ №3	30/5/10		4,4	6,7	14,6	141,6	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4	
Итого за прием пищи:	355		10,0	12,7	47,9	355,7	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
СУП С РЫБНЫМИ КОНСЕРВАМИ №95	150		5,2	5,0	8,6	100,5	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130		22,0	23,8	22,1	393,4	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150		0,1	0,0	21,1	84,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	500		30,6	29,2	73,0	679,8	
Уплотненный полдник							
ЛАПШЕВНИК С ТВОРОГОМ №226	150		13,3	11,7	31,2	283,0	237
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №369	15		0,4	0,9	2,7	20,3	397
КАКАО С МОЛОКОМ №397	150		3,1	2,7	13,1	89,1	
Итого за прием пищи:	315		16,7	15,2	47,0	392,4	
Всего за день:		136,10	58,1	57,3	182,6	1 490,5	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждаю"

Директор ООО "СОЮЗ-К"



"Согласовано"

Заведующий Д/С №3



6 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ГРЕЧНЕВАЯ №185	150		2,8	3,0	19,9	134,9	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180/10/7		0,2	0,0	10,0	41,7	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		1,5	0,1	9,7	46,0	
Итого за прием пищи:	382		4,5	6,7	39,6	260,0	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ №69	150		2,1	3,1	8,7	71,0	
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ №259	60		10,5	1,4	0,2	55,0	
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ №339	110		2,2	3,5	15,0	100,7	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	540		18,1	8,4	56,7	374,3	
Уплотненный полдник							
ОМЛЕТ НА НАТУРАЛЬНОМ МОЛОКЕ № 216	80		6,1	7,6	7,9	242,2	220
ИКРА КАБАЧКОВАЯ №57	40		0,5	1,9	3,1	31,0	ТТК №6
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	372
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛЮДОВ №372	150		0,1	0,1	17,4	71,8	
Итого за прием пищи:	290		8,2	9,7	38,4	392,4	
Всего за день:		136,10	31,6	24,9	149,4	1 089,3	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждаю"

Директор ООО "СОЮЗ-Е"



"Согласовано"

Заведующий Д/С №3



7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ №174	150		4,1	7,2	30,8	212,5	
КАКАО С МОЛОКОМ №397	180		3,6	3,0	15,0	101,9	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	10		0,1	7,3	0,1	74,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за прием пищи:	370		10,8	17,7	65,4	481,1	
II Завтрак							
ФРУКТЫ СВЕЖИЕ (ЯБЛОКО) №368	100		1,5	0,5	21,0	96,0	
Итого за прием пищи:	100		1,5	0,5	21,0	96,0	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №82	150		1,8	1,8	12,1	70,9	
ПТИЦА, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ №373	30/30		6,7	5,5	2,1	84,6	
КАША ПЕРЛОВАЯ ВЯЗКАЯ №331	150		3,0	4,2	21,4	135,1	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150		0,1	0,0	21,1	84,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	550		15,0	11,8	77,9	476,5	
Уплотненный полдник							
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ ТОМАТНЫМ №315	120/15		10,6	6,8	15,0	164,0	185
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	11 К №10
ВАФЛИ	50		1,4	1,7	38,7	177,0	376
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4	
Итого за прием пищи:	345		13,6	8,8	83,4	469,2	
Всего за день:		136,10	40,9	38,8	247,7	1 522,8	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждаю"

Директор ООО "СОЮЗ" _____

"Согласовано" _____

Заведующий Д/С №3

8 день



Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
Завтрак							
КАША ВЯЗКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ РИСА И ПШЕНА ДРУЖБА №175	150		4,4	5,1	27,6	177,4	
СЫР (ПОРЦИЯМИ) №7	15		2,2	2,9	0,0	35,3	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ №395	150		2,3	1,8	12,8	77,1	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		3,0	0,2	19,5	91,9	
Итого за прием пищи:	350		11,9	10,0	59,9	381,7	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
РАССОЛЬНИК ПО-ЛЕНИНГРАДСКИ №82	150		1,2	3,1	10,2	73,1	
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ С БЕЛОКОЧАННОЙ КАПУСТОЙ (говядина) №455	50		6,4	8,3	6,5	127,8	
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ №179	155		8,9	6,0	39,8	248,0	
КИСЕЛЬ ИЗ ПОВИДЛА, ДЖЕМА, ВАРЕНЬЯ №383	150		0,1	0,0	21,1	84,8	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	575		19,9	17,7	98,8	634,8	
Уплотненный полдник							
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ №206	120		1,3	1,2	3,8	31,7	206
ПЕЧЕНЬЕ	50		3,8	4,9	37,2	208,5	ТТК № 9
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150		0,0	0,0	7,9	31,4	392
Итого за прием пищи:	320		5,1	6,1	48,9	271,6	
Всего за день:		136,10	37,7	34,0	222,3	1 350,7	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждено"

Директор ООО "СОЮЗ-К"

"Согласовано"

Заведующий Д/С №3



9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
Завтрак							
СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ №93	150/2		4,3	4,2	14,8	116,3	
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ №1	40/10		3,2	7,5	20,2	169,5	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150/8		0,0	0,0	7,9	31,4	
Итого за прием пищи:	360		7,5	11,7	42,9	317,2	
II Завтрак							
НАПИТОК КИСЛОМОЛОЧНЫЙ "СНЕЖОК" №420	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ (пшено) №80	150		1,4	1,8	10,0	61,5	
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ №289	130		19,3	22,4	11,7	324,7	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ (изюм) №376	150		0,3	0,1	21,2	87,4	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	500		24,3	24,7	64,1	574,7	
Уплотненный полдник							
ЗАПЕКАНКА МОРКОВНАЯ С ТВОРОГОМ №168	130		2,8	3,0	19,9	134,9	174
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ) №369	15		0,4	0,9	2,7	20,3	474
ЧАЙ С МОЛОКОМ №394	150		2,6	2,3	14,1	87,8	393
Итого за прием пищи:	295		5,8	6,2	36,7	243,0	
Всего за день:		136,10	38,4	42,7	158,4	1 197,5	

ЕЖЕДНЕВНОЕ МЕНЮ детей дошкольного возраста 1-3 лет

"Утверждаю"

Директор ООО "СОЮЗ-К"



"Согласовано"

Заведующий Д/С №3



10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Цена	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	
			Белки, г	Жиры, г	Углевод ы, г		
Завтрак							
КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ №182	150/5		4,1	7,2	30,8	215,5	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ №376	150		0,0	0,0	11,6	46,5	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30		3,0	0,2	19,5	91,9	
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ) №6	5		0,0	3,6	0,0	37,4	
Итого за прием пищи:	340		7,1	11,0	61,9	391,3	
II Завтрак							
СОК ЯБЛОЧНЫЙ №399	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Итого за прием пищи:	150		0,8	0,2	14,7	62,6	
Обед							
Овощи по сезону (или огурец свежий, или помидор свежий, или капуста квашеная, или огурец соленый, или свекла отварная)	30		0,5	0,1	2,7	12,9	
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ №57	150		1,2	2,9	7,5	61,8	
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ №304	130		22,0	23,8	22,1	393,4	
ЧАЙ С САХАРОМ №392	150		0,0	0,0	7,9	31,4	
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	500		26,5	27,1	58,7	587,7	
Уплотненный полдник							
КАША ПШЕНИЧНАЯ ВЯЗКАЯ С МАСЛОМ №182	155		4,1	4,1	25,1	153,0	237
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ) №287	70		9,1	10,2	8,4	166,0	394
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	10,0	47,4	
ЧАЙ С ЛИМОНОМ №393	180		0,2	0,0	10,0	41,7	
Итого за прием пищи:	425		14,9	14,4	53,5	408,1	
Всего за день:		136,10	49,3	52,6	188,8	1 449,7	