

Утверждаю
Директор



Меню

" 01" сентября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	40	0,40	2,02	2,68	30,69	47	2,39
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	63,81
	Пюре картофельное (завтрак)	100	1,85	2,92	11,90	81,59	312	11,79
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	10,14
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	2,33
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	1,39
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	9,1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		590	19,25	18,83	80,19	563,6		100,96
ОБЕД								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	200	2,30	2,36	16,56	97,64	103	9,27
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	15,24
	Рагу из овощей (обед)	200	3,58	11,54	19,58	198,3	143	78,51
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	4,65
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	H	2,60
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	1,40
ИТОГО ЗА ОБЕД		765	26,52	32,94	102,64	800,54		111,66
ПОЛДНИК								
	Пирожки по-домашнему с картошкой	80	6,40	8,80	32,00	248	H	23,4
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	4,75
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	9,1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		380	7,06	9,20	49,04	325,82		37,25
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1735	52,83	60,97	231,87	1689,96		

Ст. повар *[Signature]*

Утверждаю
Директор



Меню

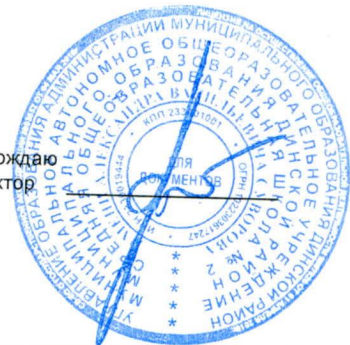
" 04" сентября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	220	9,70	11,51	40,83	305,69	173	
	Сыр (порциями) (Российский)	20	4,64	5,90	0,00	72,8	15	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	19,38	18,01	77,73	560,03		
ОБЕД								
	Суп картофельный	200	2,02	2,38	15,88	93,38	97	
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	210	5,44	5,63	27,01	165,71	321	
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	
ИТОГО ЗА ОБЕД		780	25,46	26,87	107,39	792,02		
ПОЛДНИК								
	Омлет натуральный	100	8,13	10,87	3,23	165,53	210	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		440	11,89	11,67	39,37	326,41		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1720	56,73	56,55	224,49	1678,46		

Ст. повар *[Signature]*

Утверждаю
Директор



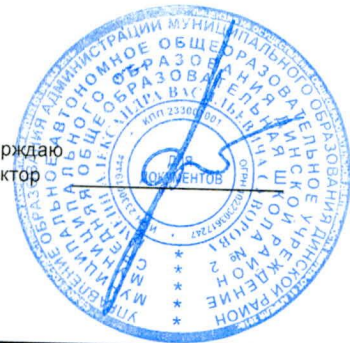
Меню
" 05" сентября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	40	0,60	2,04	3,52	34,78	52	
	Плов из свинины	120	20,64	7,44	25,56	252	265	
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		520	26,70	10,34	89,70	548,8		
ОБЕД	Рассольник	200	2,00	4,26	19,84	93,02	94	
	Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)**	60	0,42	0,06	1,14	7,2	71	
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	150	5,57	6,87	34,96	227,66	203	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный 20	20	1,58	0,20	9,66	42,72	H	
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338		
ИТОГО ЗА ОБЕД		850	29,30	24,86	119,66	784,51		
ПОЛДНИК	Каша вязкая молочная из пшенной крупы (с маслом)	100	3,97	5,19	20,04	145,43	173	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		330	10,22	8,59	59,59	356,87		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1700	66,22	43,79	268,95	1690,18		

Ст. повар 

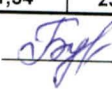
Утверждаю
Директор



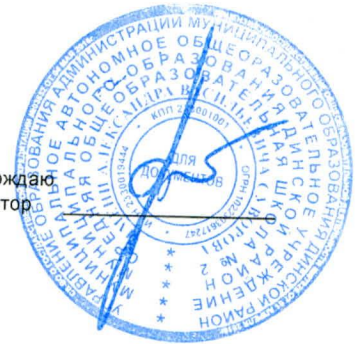
Меню
" 06" сентября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	
	Рагу из овощей (завтрак)	130	2,17	3,54	12,09	89,99	143	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		500	26,57	18,36	74,79	564,94		
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	200	6,28	5,04	18,72	126,34	104	
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/60	100/60	10,13	10,07	6,81	158,22	229	
	Рис отварной (обед)	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	
ИТОГО ЗА ОБЕД		740	25,44	22,11	120,58	754,22		
ПОЛДНИК	Духовые пирожки с смородиной	60	2,34	6,72	22,14	204,66	H	
	Кисломолочный продукт 150	150	6,75	3,75	9,00	90	386-3	
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		310	9,49	10,87	40,94	341,6		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1550	61,50	51,34	236,31	1660,76		

Ст. повар 

Утверждаю
Директор



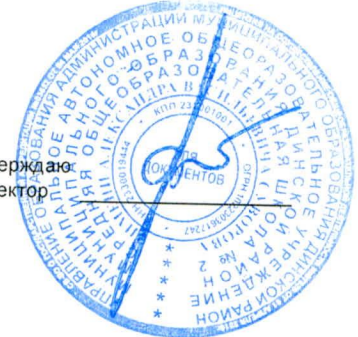
Меню
" 07" сентября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	40	0,00	2,00	2,80	36	73-1	
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	211	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	H	
	Фукты св, (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	47	338	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		560	19,66	21,39	73,55	577,9		
ОБЕД	Борщ	200	1,44	4,08	8,52	76,86	81	
	Салат из св. моркови с сахаром**	60	0,74	0,05	12,29	49,02	62	
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35	190,33	279	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	150	7,59	5,19	42,02	234,39	171	
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	H	
ИТОГО ЗА ОБЕД		790	24,92	18,20	130,32	785,92		
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	100/20	13,61	11,49	23,83	303,83	222	
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		300	13,75	11,49	34,01	344,73		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1650	58,33	51,08	237,88	1708,55		

Ст. повар *Бул*

Утверждаю
Директор



Меню
" 08" сентября 2023г.

Возрастная категория: 7-11 лет

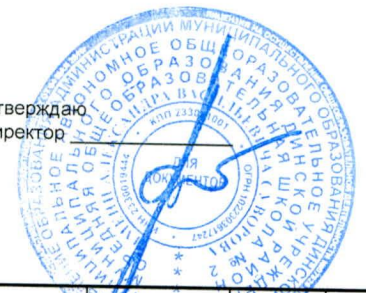
Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	40	0,24	0,08	1,68	7,96	71/1	
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	100	4,09	2,51	24,04	100	171	
	Чай с лимоном	200	0,14	0,00	10,18	40,9	377	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		510	24,62	21,63	83,23	574,4		
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	200	4,20	5,60	21,14	95,5	113	
	Салат из квашеной капусты**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	
	Пюре картофельное (обед)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Хлеб ржаной 20	20	0,94	0,14	9,96	42,8	H	
Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338		
ИТОГО ЗА ОБЕД		870	25,36	27,00	113,45	736,6		
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	150	3,52	5,29	12,84	119,19	120	
	Чай с сахаром	200	0,14	0,00	10,00	39,24	376	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	H	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		415	8,70	8,64	60,89	348,15		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1795	58,68	57,27	257,57	1659,15		

Ст. повар *Бул*

Утверждаю
Директор

Меню
"01" сентября 2023г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 5								
ЗАВТРАК	Салат из квашеной капусты (завтрак)**	60	0,59	3,03	4,02	46,04	47	3,59
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	63,81
	Пюре картофельное (завтрак)	150	2,78	4,38	17,85	122,38	312	14,74
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	11,8
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	H	2,33
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	1,95
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	9,1
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		680	21,63	21,47	97,29	662,5		107,24
ОБЕД								
	Суп картофельный с макаронными изделиями	250	2,87	2,95	20,70	122,05	103	11,58
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	78,51
	Рагу из овощей (обед)	250	4,47	14,42	24,47	247,88	143	18,13
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	4,65
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	1,8
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	1,95
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	27,26	36,33	109,41	863,89		116,63
ПОЛДНИК								
	Пирожки по-домашнему с картошкой	100	8,00	11,00	40,00	310	H	30
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	4,75
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	9,1
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		400	8,66	11,40	57,04	387,82		43,85
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1940	57,55	69,20	263,74	1914,21		

Ст. повар _____

Утверждаю
Директор

Меню
"04" сентября 2023г.

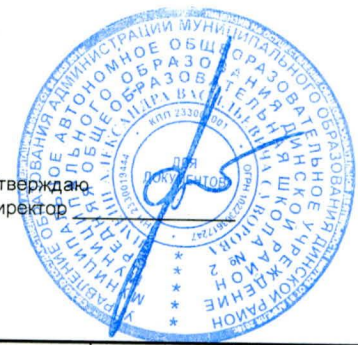
Возрастная категория: от 12 лет и старше



Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 6								
ЗАВТРАК	Каша вязкая молочная из крупы гречневой (с маслом)	250	11,02	13,08	46,40	347,37	173	
	Сыр (порциями) (Российский)	30	6,96	8,85	0,00	109,2	15	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	
	Мучное кондитерское изделие (кекс)***	40	3,20	0,40	20,00	108	H	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		550	23,81	22,63	88,13	659,47		
ОБЕД								
	Суп картофельный	250	2,52	2,98	19,85	116,72	97	
	Поджарка (свинина)	100	13,69	18,22	5,45	284,05	251	
	Капуста тушеная (из свежей капусты) (обед)	250	6,47	6,70	32,15	197,28	321	
	Кисель из сока плодового с сахаром	200	0,06	0,06	24,64	99,2	359	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	H	
ИТОГО ЗА ОБЕД		860	26,52	28,47	111,52	825,53		
ПОЛДНИК								
	Омлет натуральный	150	12,20	16,30	4,85	248,29	210	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	H	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		480	15,17	17,00	36,16	387,81		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1890	65,50	68,10	235,81	1872,81		

Ст. повар _____

Утверждаю
Директор



Меню
"05" сентября 2023г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 7								
ЗАВТРАК	Салат из свеклы отварной (завтрак)**	60	0,90	3,05	5,28	52,17	52	
	Плов из свинины	150	25,80	9,30	31,95	315	265	
	Компот из сухофруктов	200	1,10	0,06	49,46	202,3	349	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Фрукты (слива)*	100	0,80	0,30	9,60	44	338	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		580	33,17	13,32	130,55	763,11		
ОБЕД	Рассольник	250	2,50	5,33	24,80	116,27	94	
	Овощи натуральные свежие (огурцы в нарезке)**	100	0,70	0,10	1,90	12	71	
	Котлеты, биточки (особые свин/говяж) (с соусом)	100/20	17,39	12,93	14,10	239,67	269	
	Макаронные изделия отварные с маслом (обед)	180	6,68	8,24	41,96	273,19	203	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ОБЕД		1000	33,24	27,61	147,02	922,21		
ПОЛДНИК	Каша вязкая молочная из пшеничной крупы (с маслом)	150	5,96	7,79	30,06	218,14	173	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		390	13,00	11,29	74,44	450,94		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1970	79,41	52,22	352,01	2136,26		

Ст. повар

Бук

Утверждаю
Директор



Меню
"06" сентября 2023г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 8								
ЗАВТРАК	Птица тушеная в соусе (завтрак)	100	15,95	11,11	3,38	177,95	290	
	Рагу из овощей (завтрак)	180	3,01	4,90	16,74	124,6	143	
	Какао с молоком	200	3,88	3,10	25,06	147,36	382	
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		555	27,81	19,77	81,85	610,23		
ОБЕД	Суп картофельный с мясными фрикадельками	250	7,85	6,30	23,40	157,92	104	
	Рыба, тушеная в томате с овощами (минтай или хек) 100/100	100/100	10,83	13,12	11,34	207,12	229	
	Рис отварной (обед)	180	4,37	6,44	44,03	251,64	304	
	Компот из сухофруктов	200	0,56	0,02	21,74	89,78	349	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
	ИТОГО ЗА ОБЕД		810	28,65	26,56	139,75	877,5	
ПОЛДНИК	Духовые пирожки с смородиной	60	2,34	6,72	22,14	204,6	Н	
	Кисломолочный продукт 200	200	5,80	5,00	8,00	106	386-1	
	Фрукты св. (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		360	8,54	12,12	39,94	357,6		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1725	65,00	58,45	261,54	1845,33		

Ст. повар

Бук

Утверждаю
Директор



Меню
"07" сентября 2023г.

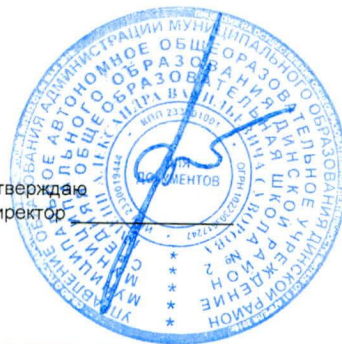
Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 9								
ЗАВТРАК	Икра кабачковая промыш, производства**	60	0,00	3,00	4,20	54	73-1	
	Омлет с сыром	150	13,83	16,07	2,52	212,52	211	
	Кофейный напиток с молоком	200	3,02	2,72	14,48	98,3	379	
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	
	Мармелад	40	0,04	0,00	28,96	120	Н	
	Фрукты св, (груша)*	100	0,40	0,30	10,30	47	338	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		595	20,85	22,54	82,19	627,94		
ОБЕД	Борщ	250	1,80	5,10	10,65	96,08	81	
	Салат из св. моркови с сахаром**	100	1,23	0,09	20,48	81,7	62	
	Тефтели 2-й вариант	100/20	9,95	8,04	12,35	190,33	279	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом) (обед)	180	9,11	6,23	50,42	281,27	171	
	Компот из свежих плодов	200	0,16	0,16	15,90	64,28	342	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 30	30	1,41	0,21	14,94	64,2	Н	
ИТОГО ЗА ОБЕД		900	26,82	20,23	144,06	863,3		
ПОЛДНИК	Пудинг из творога (запеченный) (с молоком сгущенным)	120/30	16,33	13,79	28,60	364,6	222	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		320	16,59	13,79	35,84	395,42		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		1815	64,26	56,56	262,09	1886,66		

Ст. повар

Сырт

Утверждаю
Директор



Меню
"08" сентября 2023г.

Возрастная категория: от 12 лет и старше

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры	Цена
			Белки	Жиры	Углеводы			
День 10								
ЗАВТРАК	Овощи натуральные свежие (помидоры в нарезке)** (завтрак)	60	0,36	0,12	2,52	11,94	71/1	
	Котлеты домашние (свин/говяж)	100	15,58	18,43	13,07	275,9	271	
	Каша рассыпчатая (пшеничная с маслом)	150	6,14	3,76	36,06	150	171	
	Чай с лимоном и сахаром	200	0,26	0,00	7,24	30,82	376	
	Хлеб пшеничный 45	45	3,56	0,45	21,73	96,12	Н	
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
ИТОГО ЗА ЗАВТРАК		595	27,78	23,04	100,54	650,38		
ОБЕД	Суп-лапша домашняя	250	5,25	7,00	26,42	119,38	113	
	Салат из квашеной капусты**	100	0,99	5,05	6,70	76,73	47	
	Отбивная из мяса птицы (курица)	100	12,29	13,05	11,16	213	249	
	Пюре картофельное (обед)	180	3,33	5,26	21,42	146,86	312	
	Сок фруктовый	200	1,00	0,00	20,20	84,44	389	
	Хлеб пшеничный 40	40	3,16	0,40	19,32	85,44	Н	
	Хлеб ржаной 40	40	1,88	0,28	19,92	85,6	Н	
	Фрукты св, (яблоко)*	100	0,40	0,40	9,80	47	338	
ИТОГО ЗА ОБЕД		1010	28,30	31,44	134,94	858,45		
ПОЛДНИК	Суп молочный с макаронными изделиями	250	5,87	8,82	21,40	198,65	120	
	Чай с сахаром	200	0,20	0,00	7,02	28,44	376	
	Хлеб пшеничный 30	30	2,37	0,30	14,49	64,08	Н	
	Кондитерское изделие 25 (печенье)	25	1,88	2,95	18,73	104,28	Н	
ИТОГО ЗА ПОЛДНИК		505	10,32	12,07	61,64	395,45		
ИТОГО ЗА ДЕНЬ:		2110	66,40	66,55	297,12	1904,28		