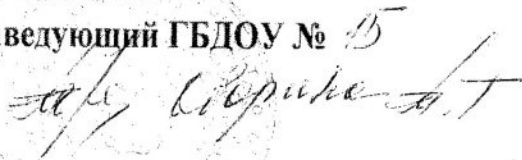



Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 5



 Утверждаю
 Генеральный директор
 Ляско М.В.

 МЕНЮ
 от 1-3 лет (12 часов)

1 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0
КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,5	5,7	26,4	180,1
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2	0,0	6,1	26,2
Итого за прием пищи:	378	8,9	9,8	39,5	268,3
II Завтрак					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5	0,5	11,8	53,0
Итого за прием пищи:	120	0,5	0,5	11,8	53,0
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	40	0,3	0,0	0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/10	3,7	3,9	6,5	77,0
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	60	9,8	8,2	2,6	122,8
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	120	2,3	2,3	15,6	93,9
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,6	80,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за прием пищи:	600	20,6	15,9	74,1	524,9
Полдник					
ПЛОВ	160	20,5	9,2	28,9	279,1
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,0	0,0	7,0	28,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,7	2,1	17,2	105,7
Итого за прием пищи:	385	26,6	11,5	61,6	453,6
Всего за день:		56,5	37,6	187,0	1 299,8

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 16

*М. В. Дворская А.Т.*Утверждаю
Генеральный директор
Ляско М.В.

МЕНЮ

от 1-3 лет (12 часов)

2 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10,0	69,0
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,7	5,5	22,6	156,3
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	365	10,3	15,2	46,2	302,3
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	64,7
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,8	64,7
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,4	0,1	1,5	9,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И	150/10/1	4,3	3,4	13,7	102,5
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	180	22,2	7,1	25,5	254,8
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,5	0,2	18,3	77,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	571	30,2	11,6	77,8	537,7
Полдник					
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	50	7,6	3,0	1,5	64,3
ПОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,3	3,9	14,9	101,5
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,0	73,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41,2
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	50	6,3	3,0	20,9	133,8
Итого за прием пищи:	380	17,6	10,2	63,8	414,0
Всего за день:		59,0	37,1	202,6	1 318,8

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 75

М.В. Овчинкина

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ
от 1-3 лет (12 часов)

3 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,6	0,6	14,8	70,4
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,2	1,8	20,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,9	14,8	2,2	188,8
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	360	17,2	19,0	31,5	363,5
II Завтрак					
БАНАН СВЕЖИЙ	150	2,3	0,8	31,5	144,0
Итого за прием пищи:	150	2,3	0,8	31,5	144,0
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0,0	1,0	5,6
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ	150/5/1	1,1	3,0	4,8	52,7
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	50/50	14,2	14,6	5,0	214,2
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,4	3,7	28,8	174,6
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1	0,0	7,3	28,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41,2
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,7	10,2	52,3
Итого за прием пищи:	626	24,9	22,1	65,7	569,2
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,0	3,5	16,0	163,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,0	0,0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,8	2,5	4,5	56,5
Итого за прием пищи:	420	21,2	6,2	33,9	280,0
Всего за день:		65,6	48,1	162,6	1 356,7

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

Ирина

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ

от 1-3 лет (12 часов)

4 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,2	5,5	21,7	153,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0
Итого за прием пищи:	365	11,2	12,8	44,3	322,8
II Завтрак					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,0	0,0	4,9	19,4
Итого за прием пищи:	150	0,0	0,0	4,9	19,4
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	40	0,6	6,1	4,8	76,8
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,9	5,2	6,9	93,5
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	60	8,3	4,4	5,4	94,3
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,3	0,0	5,9	29,8
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,1	0,0	5,0	20,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17,0	81,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,8
Итого за прием пищи:	610	18,5	16,6	55,3	448,9
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	19,5	7,4	16,0	209,6
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	3,0	7,4	74,2
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	120	1,1	0,2	9,7	51,6
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	17,4	74,4
Итого за прием пищи:	390	26,6	12,6	50,5	409,8
Всего за день:		56,3	42,0	155,0	1 200,9

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

В.В. Вереска

Утверждаю

Генеральный директор
Ляско М.В.

МЕНЮ

от 1-3 лет (12 часов)

5 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	40	4,5	9,2	13,3	92,0
КАША ИЗ ПШЕНА И РИСА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ ("ДРУЖБА")	155	4,7	6,6	19,3	156,7
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	2,7	2,2	9,3	68,3
Итого за прием пищи:	375	11,9	18,0	41,9	317,0
II Завтрак					
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	120	0,5	0,5	11,8	52,8
Итого за прием пищи:	120	0,5	0,5	11,8	52,8
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,3	1,2	36,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	150/15	4,4	3,9	9,6	91,9
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С	150	14,4	13,5	20,6	266,5
СОУС СМЕТАННЫЙ	30	0,4	1,1	1,9	22,5
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,0	0,0	4,9	19,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	105,6
Итого за прием пищи:	595	24,2	22,2	67,3	583,2
Полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,5	0,1	1,5	9,6
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	120	6,0	6,1	23,2	171,2
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/5/3	0,0	0,0	5,1	20,9
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	5,0	1,5	28,1	145,1
Итого за прием пищи:	368	11,5	7,7	57,9	346,8
Всего за день:		48,1	48,4	178,9	1 299,7

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

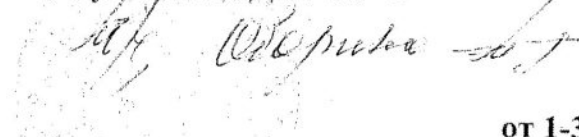
МЕНЮ

от 1-3 лет (12 часов)

6 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	30	1,4	2,1	15,8	68,0
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	5,3	6,1	26,3	182,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	365	9,5	10,6	54,8	334,0
II Завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	0,8	0,2	14,8	64,7
Итого за прием пищи:	150	0,8	0,2	14,8	64,7
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0,0	1,0	5,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	150/10	4,1	2,6	17,2	108,3
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	60	8,5	3,0	4,5	78,0
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,8	0,1	8,5	43,5
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,8	87,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,8
Итого за прием пищи:	580	17,7	6,6	68,9	416,5
Полдник					
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	60	11,0	10,0	10,9	178,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	130	2,6	3,8	17,0	113,0
ЧАЙ С САХАРОМ	150/5	0,0	0,0	7,0	28,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	2,3	0,3	14,1	67,8
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	17,3	89,2
Итого за прием пищи:	385	17,4	16,1	66,3	476,9
Всего за день:		45,4	33,4	204,7	1 292,2

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15



Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ

от 1-3 лет (12 часов)

7 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА КОНСЕРВИРОВАННОГО	30	0,9	1,2	1,8	20,3
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	120	11,9	14,8	2,2	188,8
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0
Итого за прием пищи:	360	19,8	23,3	26,6	378,1
II Завтрак					
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	120	1,1	0,2	9,7	51,6
Итого за прием пищи:	120	1,1	0,2	9,7	51,6
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	40	0,3	0,0	3,2	33,0
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	4,1	5,2	9,0	102,7
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	60	11,7	6,2	10,0	141,9
ШОРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	120	1,9	3,9	12,4	92,6
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	0,3	0,1	13,4	55,7
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,8
Итого за прием пищи:	575	21,2	16,2	66,8	519,5
Полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	61,3
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	130	1,3	0,0	6,0	30,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,2	2,9	28,8	156,8
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	150/10	0,1	0,0	7,3	28,6
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,8	2,5	4,5	56,5
Итого за прием пищи:	500	14,7	10,1	55,4	374,5
Всего за день:		56,8	49,8	158,4	1 323,7

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

Воронина С.Т.



Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ
от 1-3 лет (12 часов)

8 день					
Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С СЫРОМ	30	3,4	6,9	10,0	69,0
КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,2	5,5	21,7	153,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	365	10,8	15,2	45,3	299,8
II Завтрак					
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	150	0,1	0,0	7,4	30,4
Итого за прием пищи:	150	0,1	0,0	7,4	30,4
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕНЫЙ	40	0,3	0,0	0,7	5,2
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	150/10/1	3,7	3,9	9,6	89,6
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	70	13,9	7,2	5,9	145,3
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-Й ВАРИАНТ)	130	1,6	3,7	9,0	76,1
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,8	87,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,7
Итого за прием пищи:	591	22,5	15,7	62,8	497,4
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	19,5	7,3	16,0	209,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	30	0,6	1,4	4,0	30,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,5	3,0	7,4	74,2
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,4	0,4	10,8	48,4
ПЕЧЕНЬЕ	20	1,5	2,0	17,3	89,2
Итого за прием пищи:	410	26,6	14,1	55,4	451,6
Всего за день:		60,0	45,0	170,9	1 279,2

Согласовано

Заведующий УБДОУ № 15

М.В. Воробей

Утверждаю

Генеральный директор

Дяско М.В.

МЕНЮ

от 1-3 лет (12 часов)



9 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	30	3,2	4,1	7,0	62,0
КАША ОВСЯНАЯ " ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	4,8	6,7	19,9	160,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	365	10,8	13,2	39,6	306,4
II Завтрак					
БАНАН СВЕЖИЙ	150	2,3	0,8	31,5	144,0
Итого за прием пищи:	150	2,3	0,8	31,5	144,0
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	40	0,3	0,0	1,0	5,6
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,9	5,0	6,9	92,0
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	70	13,8	0,8	0,4	64,5
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	120	2,6	4,0	17,0	117,6
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150/3/5	0,1	0,0	5,1	21,1
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	593	23,5	10,6	49,3	394,0
Полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,5	0,1	1,5	9,6
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,0	3,5	16,2	163,7
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	150	0,1	0,1	18,0	73,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,3	0,2	8,5	41,2
ПИРОЖОК ПЕЧЕНЫЙ С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	60	4,0	2,3	24,5	134,1
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,8	2,5	4,5	56,5
Итого за прием пищи:	520	25,7	8,7	73,3	478,3
Всего за день:		62,4	33,2	193,6	1 322,7

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

М.В. Ляско

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ

от 1-3 лет (12 часов)

10 день

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ	40	1,9	2,8	21,1	90,7
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	155	3,7	5,5	22,7	156,6
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,1	0,0	5,9	23,9
Итого за прием пищи:	381	5,7	8,3	49,7	271,2
II Завтрак					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	150	0,0	0,0	4,9	19,4
Итого за прием пищи:	150	0,0	0,0	4,9	19,4
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	40	0,6	2,1	3,2	34,5
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	150/10/5	3,9	5,2	7,9	97,7
СУФЛЕ КУРИНОЕ	60	10,9	3,8	2,6	87,8
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	120	4,4	1,7	27,9	144,0
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	0,1	0,1	19,6	80,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	105,6
Итого за прием пищи:	595	24,3	14,3	90,3	590,8
Полдник					
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	180	17,1	20,0	15,7	317,5
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,1	0,0	8,9	36,3
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	41,0
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,2	3,3	28,8	160,2
Итого за прием пищи:	430	22,8	23,5	61,9	555,0
Всего за день:		52,7	46,0	206,8	1 436,4