



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		20	1,84	1,87	7,48	42,80
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	2,40	6,18	22,92	141,63
КАКАО С МОЛОКОМ		150	1,95	2,56	11,29	70,59
ЯБЛОКО		95	0,38	0,38	9,31	39,65
			6,57	10,99	51,00	294,67
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		150	3,20	3,75	5,80	67,00
			3,20	3,75	5,80	67,00
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,44	0,08	1,52	9,60
СУП ИЗ ОВОЩЕЙ С ГОВЯДИНОЙ СО СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/20/5	4,50	6,05	15,99	110,10
КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ ЛЮБИТЕЛЬСКИЕ		50	2,41	3,35	4,03	57,96
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		130	2,52	3,97	20,43	117,80
КИСЕЛЬ ИЗ ВАРЕНЬЯ		150	0,09	0,06	25,42	99,96
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,37	0,59	10,25	52,27
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,12	0,18	8,48	40,79
			12,45	14,28	86,12	488,48
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,46	2,23	0,14	30,46
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		160	9,67	9,28	12,13	202,65
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ		150	0,18	0,04	10,40	43,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,12	0,18	8,48	40,79
			15,30	12,54	44,10	430,70
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,52	41,56	187,02	1 280,85

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		20	1,06	0,45	11,25	43,07
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С СЫРОМ		130	4,05	4,66	27,35	139,74
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,14	2,17	11,51	60,34
АПЕЛЬСИН		95	0,86	0,19	7,70	40,85
			8,11	7,47	57,81	284,00
II Завтрак						
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
СЕЛЬДЬ С КАРТОФЕЛЕМ И МАСЛОМ		40	2,40	4,41	3,08	60,27
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/15/5	3,90	4,60	9,51	112,06
ФРИКАДЕЛЬКИ ИЗ ГОВЯДИНЫ (ПАРОВЫЕ)		50	5,78	4,10	4,35	101,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ ОТВАРНАЯ С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ		110	2,69	2,09	5,68	52,67
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,38	0,09	13,18	61,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,26	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
			17,71	16,09	56,69	480,95
Полдник						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,32	0,04	1,00	5,59
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		130	5,80	12,70	15,01	219,00
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/12	0,16	0,04	10,86	27,87
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ		40	1,88	1,68	20,00	112,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,12	0,18	8,48	40,79
			9,28	14,64	55,35	406,05
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,10	38,20	169,85	1 171,00

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ОМЛЕТ С МОРКОВЬЮ		130	6,56	10,31	13,34	187,80
АПЕЛЬСИН		95	0,86	0,19	7,70	40,85
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
			8,27	10,67	38,26	287,11
II Завтрак						
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ		40	0,30	2,44	0,95	26,90
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ С ГОВЯДИНОЙ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	2,90	3,57	9,00	90,73
ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ		50/20	6,75	6,24	7,45	109,00
КАША ГРЕЧНЕВАЯ ВЯЗКАЯ		110	3,44	4,04	20,97	122,74
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА		150	0,38	0,09	13,18	51,56
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,73	0,73	12,88	65,63
			16,19	17,24	70,79	497,15
Полдник						
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		60	5,60	2,70	23,00	119,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ		110	2,44	3,74	16,63	110,14
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,73	0,15	14,70	62,57
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ		40	1,29	2,40	19,00	97,36
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	15	15	0,99	0,13	6,36	30,59
			10,75	9,12	79,69	419,66
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,21	37,03	188,74	1 203,92

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		20	1,06	0,45	11,25	43,07
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	3,50	5,84	22,30	143,04
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/12	0,16	0,04	10,86	27,87
БАНАН		95	1,43	0,48	15,95	80,20
			6,15	6,81	60,36	294,18
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		170	3,70	4,25	6,60	73,50
			3,70	4,25	6,60	73,50
Обед						
СЕЛЬДЬ, САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С МАСЛОМ РАСТИТЕЛЬНОМ		20/20	2,19	3,61	1,69	53,64
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ С ЗЕЛЕНЬЮ		150/20	4,52	6,41	13,73	119,90
КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ		50	5,58	9,14	9,18	114,00
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		110	1,21	2,14	6,77	51,86
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,09	0,08	13,01	53,58
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
			15,58	22,09	61,03	475,77
Полдник						
ПЕРЕЦ СЛАДКИЙ		40	0,50	0,00	1,90	10,09
ЗРАЗЫ РЫБНЫЕ С ЯЙЦАМИ		50	4,69	5,07	11,10	110,19
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		110	2,05	3,60	10,69	101,14
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ		150	0,45	0,15	14,30	60,00
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ		45	1,87	0,81	12,95	113,00
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
			10,25	9,76	57,30	425,01
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,68	42,91	185,29	1 268,46

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		20	1,84	1,87	7,48	42,80
КАША "ДРУЖБА"		130	3,08	5,71	21,09	141,70
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,14	2,17	11,51	60,34
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		100	2,80	2,50	4,51	44,52
			9,86	12,25	44,59	289,36
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ		150	0,73	0,14	18,41	71,71
			0,73	0,14	18,41	71,71
Обед						
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ ПОРЦИОННЫЙ		40	0,32	0,04	0,68	5,20
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39
РАГУ ИЗ ПТИЦЫ		160	5,71	6,12	10,75	214,07
КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ		150	0,77	0,05	18,45	77,85
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,55	0,72	12,77	65,11
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
			12,25	12,32	56,92	481,21
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		30	0,33	0,06	1,14	7,20
БИТОЧКИ ПАРОВЫЕ		60	6,90	7,70	6,60	114,00
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		110	3,21	6,55	19,72	111,00
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/7/4	0,13	0,00	7,08	29,50
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	3,71	3,25	21,89	125,60
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
			14,97	17,69	62,79	417,89
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,81	42,40	182,71	1 260,17

МЕНЮ**Ясли 12 часов****ДЕНЬ 6**

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		20	1,84	1,87	7,48	42,80
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	2,07	5,71	17,58	145,89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	1,40	1,82	11,83	60,39
АПЕЛЬСИН		95	0,86	0,19	7,70	40,85
			6,17	9,59	44,59	289,93
II Завтрак						
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ		40	0,34	2,04	0,74	23,39
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/25/1	4,10	3,00	29,00	141,00
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ		60	8,10	6,54	6,10	132,00
РАГУ ОВОЩНОЕ		110	1,55	4,54	9,93	89,90
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ГРУШ		150	0,09	0,07	9,03	30,35
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,03	0,44	7,71	39,30
			15,90	16,76	68,87	486,53
Полдник						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ		40	0,44	0,08	1,52	9,60
ПЛОВ ИЗ ПТИЦЫ		160	7,83	8,20	28,06	216,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,09	0,00	6,96	28,18
ПРЯНИКИ		20	1,18	0,94	25,00	71,30
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		100	2,80	2,50	4,51	44,52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	0,92	0,17	8,46	40,68
			13,26	11,89	74,51	410,28
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			35,33	38,24	187,97	1 186,74

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ		20	1,84	1,87	7,48	42,80
КАША ГРЕЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	2,80	5,70	19,79	134,90
КАКАО С МОЛОКОМ		150	1,95	2,56	11,29	70,59
МАНДАРИН		95	0,76	0,19	7,13	36,10
			7,35	10,32	45,69	284,39
II Завтрак						
ЙОГУРТ 2,5 % ЖИРНОСТИ ФРУКТОВЫЙ		180	0,00	0,00	0,00	0,00
			0,00	0,00	0,00	0,00
Обед						
САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ С ЛУКОМ ЗЕЛЕНЫМ		30	0,48	1,52	3,08	28,66
БУЛЬОН С ЯЙЦОМ ГРЕНКАМИ, КУРОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/20/10	4,50	2,91	14,00	132,00
ШНИЦЕЛЬ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ		50	3,90	4,80	7,00	132,00
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ		110	2,17	3,72	14,34	100,14
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ		150	0,00	0,00	6,78	27,09
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,26	0,22	10,60	50,99
			12,31	13,17	55,80	470,88
Полдник						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	13,06	13,44	21,63	276,00
СОУС ЯБЛОЧНЫЙ		30	0,03	0,03	5,04	20,71
СОК ФРУКТОВЫЙ ПЕРСИКОВЫЙ		150	0,45	0,15	14,30	60,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
			14,84	14,20	51,26	409,11
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			34,50	37,69	152,75	1 164,38



МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		20	1,06	0,45	11,25	43,07
КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	2,07	5,71	17,58	145,89
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	1,40	1,82	11,83	60,39
ГРУША		95	0,38	0,29	9,79	44,65
			4,91	8,27	50,45	294,00
II Завтрак						
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ		170	3,70	4,25	6,60	73,50
			3,70	4,25	6,60	73,50
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ И СЫРА С РАСТИТЕЛЬНОМ МАСЛОМ		30	1,47	3,89	1,96	39,83
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ, ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ		150/10/1	2,40	2,14	44,00	106,00
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ		160	9,20	6,86	14,52	186,28
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА		150	0,49	0,20	15,74	76,15
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
			15,55	13,80	92,87	491,25
Полдник						
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ		20	2,46	2,23	0,14	30,46
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ		160	9,67	9,28	12,13	202,65
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,09	0,00	6,96	28,18
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		100	2,80	2,50	4,51	44,52
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,12	0,18	8,48	40,79
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
			17,44	14,77	42,51	399,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			41,60	41,09	192,43	1 257,75

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 7

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С ДЖЕМОМ		20	1,06	0,45	11,25	43,07
КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ		130	2,07	5,72	20,29	146,02
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		150	1,40	1,82	11,83	60,39
ЙОГУРТ В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ		100	2,80	2,50	4,51	44,52
			7,33	10,49	47,88	294,00
II Завтрак						
СОК ФРУКТОВЫЙ ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,15	0,15	14,70	67,00
			0,15	0,15	14,70	67,00
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ		40	0,32	0,04	1,00	5,59
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		150/30	3,10	2,70	9,80	99,00
СУФЛЕ КУРИНОЕ		50	5,80	6,30	22,42	140,29
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ		120	1,40	3,52	13,25	103,97
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК		150	0,09	0,09	9,79	40,77
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		25	1,26	0,22	10,60	50,99
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,03	0,44	7,71	39,30
			13,00	13,31	74,57	479,91
Полдник						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ		30	0,37	0,03	3,41	15,69
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА		130	13,06	13,44	21,63	276,00
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ 2,5 % ЖИРНОСТИ		180	2,58	4,59	8,80	99,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		15	1,03	0,44	7,71	39,30
			17,04	18,50	41,55	429,99
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			37,52	42,45	178,70	1 270,90

МЕНЮ

Ясли 12 часов

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый ОТВАРНОЙ		10	0,30	0,02	0,63	3,88
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ		130	6,96	12,00	2,08	187,00
ЧАЙ С САХАРОМ		150	0,09	0,00	6,96	28,18
ГРУША		95	0,38	0,29	9,79	44,65
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
			8,42	12,44	25,82	294,30
II Завтрак						
РЯЖЕНКА 2,5 % ЖИРНОСТИ		180	3,10	4,50	8,10	72,00
			3,10	4,50	8,10	72,00
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ СО СЛАДКИМ ПЕРЦЕМ		40	0,44	2,46	1,51	30,69
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ		150/10/5	3,21	5,26	7,91	88,39
ЗРАЗЫ РУБЛЕННЫЕ		60	5,06	5,77	11,60	121,71
КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ		110	2,41	3,60	10,69	101,14
СОК ФРУКТОВЫЙ АБРИКОСОВЫЙ		150	0,73	0,14	18,48	72,00
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,30	0,58	10,29	52,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		15	0,69	0,13	6,36	30,59
			13,84	17,94	66,84	496,92
Полдник						
РЫБА ПРИПУЩЕННАЯ		60	5,56	4,21	0,26	90,00
ПЮРЕ ИЗ ОВОЩЕЙ		110	2,25	2,53	13,26	94,78
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ		150/12	0,16	0,04	10,86	37,84
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"		40	2,57	3,24	40,00	135,70
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ		20	1,01	0,17	8,46	40,68
			11,55	10,19	72,84	399,00
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			36,91	45,07	173,60	1 262,22