УТВЕРЖДЕНО

Приказом от «20» 03 2026г. № 210-од

ПРИМЕРНОЕ 10-ДНЕВНОЕ МЕНЮ
детей дошкольного возраста ОВЗ
в бюджетном дошкольном образовательном
учреждении города Новосибирска
«Детский сад № 30 «Снегирёк»

Приложение № 8 к СанПиН 2.3/2.4.3590-20

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: ОВЗ (О В З)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 1 День 1							
завтрак							
	КАША КУКУРУЗНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ	190	5,092	6,156	28,899	191,33	231
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180	2,85	2,41	14,36	91	395
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1
	Итого за завтрак	405	17,817	734,316	69,759	6961,33	
завтрак № 2							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	501
	Итого за завтрак № 2	100	0,5	0,1	10,1	43	
обед							
	ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ И КАРТОФЕЛЯ	180	1,131	3,24	4,155	50,4	104
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	180	0,39	0,01	24,99	101,7	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,4	20	100	1
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ -	210	18,9	17,85	44,415	413,7	354
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,45	0,35	16,1	77	2
	Итого за обед	645	26,071	21,85	109,66	742,8	

полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,089	5,423	10,078	113,334	400
	БУЛОЧКА «ДОРОЖНАЯ»	50	2,825	5,817	21,725	150,834	470
	Итого за полдник	250	8,914	11,24	31,803	264,168	
ужин							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ	130	2,665	5,148	20,956	140,4	125
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	80	9,2	1,4	11,8	97	307
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,75	0,25	11,5	55	2
	Итого за ужин	440	15,795	7,138	65,126	389,1	
Итого за день		1840	69,097	774,644	286,448	8400,398	
Неделя 1 День 2							
завтрак							
	ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	45	5,738	5,175	0,338	70,875	267
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	2,88	3,24	17,28	109,8	463
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ	150	4,845	6,09	19,23	151,2	94
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,48	4,425	0	53,7	75
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1

	Итого за завтрак	425	26,818	744,68	63,348	7064,575	
завтрак № 2							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	501
	Итого за завтрак № 2	100	0,5	0,1	10,1	43	
обед							
	ЖАРКОЕ ПО ДОМАШНЕМУ	220	20,8	5,3	18,5	205	276
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,39	0,01	24,99	101,7	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,4	20	100	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,45	0,35	16,1	77	2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	1,937	2,074	12,039	74,628	173
	Итого за обед	655	28,777	8,134	91,629	558,328	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
полдник							
	ЙОГУРТ	200	5,8	5	8	101	470
	ПРЯНИКИ	40	2,4	2,2	29,6	140	10
	Итого за полдник	240	8,2	7,2	37,6	241	
ужин							
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	120	11,46	8,12	51,52	325	313
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	СОУС СМЕТАННЫЙ	25	0,35	1,238	1,463	18,525	372
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,25	18,67	79	496
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,75	0,25	11,5	55	2

	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	80	5,946	3,807	8,531	92,211	298
	Итого за ужин	455	22,116	13,915	104,184	632,236	
Итого за день		1875	86,411	774,029	306,861	8539,139	
Неделя 1 День 3							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,52	2,25	12,24	79,2	465
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	5,4	6,174	25,686	179,82	233
	Итого за завтрак	395	17,795	734,174	64,426	6938,02	
завтрак № 2							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	501
	Итого за завтрак № 2	100	0,5	0,1	10,1	43	
обед							
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	1,2	4,14	4,44	59,94	352
	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,275	0,813	1,138	13,075	419
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,4	20	100	1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ	80	13,486	15,429	5,372	213,715	371
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	180	6,012	4,14	14,652	119,826	54-8с-2020 (от 1 до 7 лет)

	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,45	0,35	16,1	77	2
	КОМПОТ ИЗ СВ\МОРОЖ. БРУСНИКИ	180	0,1	0,1	11,1	46	486
	Итого за обед	690	26,723	25,372	72,802	629,556	
полдник							
	КЕФИР	200	5,8	5	8	101	470
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	3	26,604	121,8	10
	Итого за полдник	230	8,02	8	34,604	222,8	
ужин							
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	130	6,934	5,85	38,784	236,167	532
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,75	0,25	11,5	55	2
	БАНАНЫ	100	1,667	0,134	23,8	110,467	1
	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕНОГО ГОРОШКА	50	1,75	2,584	3,5	44,667	338
	Итого за ужин	510	14,281	9,158	98,454	543,001	
Итого за день		1925	67,319	776,804	280,386	8376,377	
Неделя 1 День 4							
завтрак							
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	1,44	1,17	10,35	57,6	460
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	150	4,155	5,16	24,465	160,95	234
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ ИЛИ ВАРЕНЬЕ (ПОРЦИЯМИ)	15	0,6	0	97,5	393	86

	Итого за завтрак	370	8,07	7,08	145,815	681,55	
завтрак № 2							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	501

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	Итого за завтрак № 2	100	0,5	0,1	10,1	43	
обед							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,075	6,36	14,085	145,29	441
	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	12,96	11,28	4,72	172	356
	СВЕКОЛЬНИК	180	6,747	8,144	47,909	351,36	83
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,4	20	100	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,45	0,35	16,1	77	2
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЛИМОН)	180	0,14	0,14	21,49	87,84	372
	Итого за обед	665	28,572	26,674	124,304	933,49	
полдник							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,678	0,278	20,745	87,778	496
	***ВАТРУШКА**	50	3,417	3,5	23,75	140	544
	Итого за полдник	250	4,095	3,778	44,495	227,778	
ужин							
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	220	5,918	6,336	36,784	228,03	249
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,48	4,425	0	53,7	75

	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,75	0,25	11,5	55	2
	Итого за ужин	465	13,328	11,351	69,154	433,43	
Итого за день		1850	54,565	48,983	393,868	2319,248	
Неделя 1 День 5							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,52	2,25	12,24	79,2	465
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	190	5,434	4,807	17,898	136,61	140
	Итого за завтрак	405	17,829	732,807	56,638	6894,81	
завтрак № 2							
	ЯБЛОКИ	100	0,267	0,267	6,534	31,334	2
	Итого за завтрак № 2	100	0,267	0,267	6,534	31,334	
обед							
	КОМПОТ СВ\МОРЖ. ВИШНИ	180	0	0	0	0	486
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	40	3,2	0,4	20	100	1
	АЗУ*	200	16,124	18,647	17,293	300,924	325
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	35	2,45	0,35	16,1	77	2
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ	180	28,491	20,938	39,543	460,8	57
	Итого за обед	635	50,265	40,335	92,936	938,724	

полдник							
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	3	26,604	121,8	10
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	1,6	1,3	11,5	64	460
	Итого за полдник	230	3,82	4,3	38,104	185,8	
ужин							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	180	35,52	9,36	38,28	379,2	286
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	25	1,75	0,25	11,5	55	2
	СОУС АБРИКОСОВЫЙ	25	0,109	0,009	16,125	65,1	359
	Итого за ужин	435	39,559	9,959	86,775	596	
Итого за день		1805	111,74	787,668	280,987	8646,668	
Неделя 2 День 1							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	КАКАО С МОЛОКОМ СГУЩЕННЫМ	180	2,88	3,24	17,28	109,8	463
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ	180	5,4	9,306	36,018	249,48	228
	Итого за завтрак	395	18,155	738,296	79,798	7038,28	
завтрак № 2							

	ГРУША	100	0,267	0,134	7,934	42	2
	Итого за завтрак № 2	100	0,267	0,134	7,934	42	
обед							
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	12,415	8,797	55,814	352,084	313
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	70	18,095	14,499	3,833	217,875	278
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,5	0,5	23	110	2
	РАССОЛЬНИК « ЛЕНИНГРАДСКИЙ»	180	1,916	2,276	9,116	66,24	80
	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	180	0,5	0,03	14,9	62	482
	Итого за обед	635	38,426	26,352	119,163	870,699	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,089	5,423	10,078	113,334	400
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	50	2,95	5,475	23,225	154,167	460
	Итого за полдник	250	9,039	10,898	33,303	267,501	
ужин							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,665	5,512	12,207	125,918	441
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	25	1,5	0,25	11,75	55	2
	СУФЛЕ ИЗ МИНТАЯ	70	8,4	3,976	3,92	85,4	3.3а
	Итого за ужин	430	14,745	10,078	48,747	363,018	
Итого за день		1810	80,632	785,758	288,945	8581,498	
Неделя 2							

Прием пищи	Наименование блюда		Пищевые вещества			№ рецептуры

		Вес блюда	белки	жиры	углеводы	Энергетическая ценность	
День 2							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	180	5,814	7,308	23,076	181,44	232
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,48	4,425	0	53,7	75
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,52	2,25	12,24	79,2	465
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1
	Итого за завтрак	410	21,689	739,733	61,816	6993,34	
завтрак № 2							
	СОК ФРУКТОВЫЙ	100	0,5	0,1	10,1	43	501
	Итого за завтрак № 2	100	0,5	0,1	10,1	43	
обед							
	МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	130	1,04	3,588	3,848	51,948	352
	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,275	0,813	1,138	13,075	419
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ	80	7,52	6,48	7,92	120	350
	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	180	2,751	3,687	11,65	90,814	63
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	180	0,14	0,14	21,49	87,84	372
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,5	0,5	23	110	2
	Итого за обед	670	17,226	15,458	81,546	536,177	
полдник							

	КЕФИР	200	5,8	5	8	101	470
	ПРЯНИКИ	40	2,4	2,2	29,6	140	10
	Итого за полдник	240	8,2	7,2	37,6	241	
ужин							
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	150	25,7	8,9	29,4	301	284
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	412
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	25	1,5	0,25	11,75	55	2
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	25	1,8	2,125	13,875	81,75	471
	Итого за ужин	405	31,12	11,545	77,725	541,25	
Итого за день		1825	78,735	774,036	268,787	8354,767	
Неделя 2 День 3							
завтрак							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	12,924	14,539	3,231	196,154	268
	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	60	1,2	0,2	6,2	31,4	54-21з-2020 (от 1 до 3 лет)
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,48	4,425	0	53,7	75
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,19	15,82	107	397
	Итого за завтрак	440	31,149	748,104	51,751	7067,254	
завтрак № 2							

	БАНАНЫ	100	1,667	0,134	23,8	110,467	1
	Итого за завтрак № 2	100	1,667	0,134	23,8	110,467	
обед							
	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,275	0,813	1,138	13,075	419
	СУП ИЗ ОВОЩЕЙ	180	11,664	9,504	7,942	164,16	290
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	180	0,39	0,01	24,99	101,7	376
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (ГОРБУША)	70	12,134	4,667	5,95	114,567	54-2р-2020 (от 1 до 3 лет)
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	РИС ОТВАРНОЙ	150	23,13	18,615	5,94	283,5	315
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,5	0,5	23	110	2
	Итого за обед	680	53,093	34,359	81,46	849,502	
полдник							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	ПЕЧЕНЬЕ	30	2,22	3	26,604	121,8	10
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	200	0,678	0,278	20,745	87,778	496
	Итого за полдник	230	2,898	3,278	47,349	209,578	
ужин							
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	25	1,5	0,25	11,75	55	2
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	200	5,72	5,06	18,84	143,8	140
	Итого за ужин	430	9,4	5,65	51,46	295,5	
Итого за день		1880	98,207	791,525	255,82	8532,301	

Неделя 2 День 4							
завтрак							
	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	180	4,914	5,58	23,238	162,9	230
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,52	2,25	12,24	79,2	465
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1
	Итого за завтрак	395	17,309	733,58	61,978	6921,1	
завтрак № 2							
	ЯБЛОКИ	100	0,267	0,267	6,534	31,334	2
	Итого за завтрак № 2	100	0,267	0,267	6,534	31,334	
обед							
	КИСЕЛЬ ИЗ КЛЮКВЫ	180	0,18	0,18	19,8	81	479
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,665	5,512	12,207	125,918	441
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕНЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,417	3,034	9,45	117,95	54-5м-2020 (от 1 до 3 лет)

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	СВЕКОЛЬНИК	180	6,747	8,144	47,909	351,36	83
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,5	0,5	23	110	2
	Итого за обед	635	28,509	17,62	124,866	848,728	
полдник							
	ЙОГУРТ	200	5,8	5	8	101	470

	ВАФЛИ	40	2,2	9,2	26,8	196	350
	Итого за полдник	240	8	14,2	34,8	297	
ужин							
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	130	2,47	5,785	12,155	110,5	177
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	14,273	11,333	0,574	161,35	145
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	25	1,5	0,25	11,75	55	2
	Итого за ужин	430	20,423	17,708	45,349	423,55	
Итого за день		1800	74,508	783,375	273,527	8521,712	
Неделя 2 День 5							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	15	3,48	4,425	0	53,7	75
	БАТОН	25	1,875	0,75	13,5	70	1
	КАША МОЛОЧНАЯ " ДРУЖБА"	180	4,77	6,012	24,858	172,44	226
	КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,67	3,19	15,82	107	397
	Итого за завтрак	410	21,795	739,377	67,178	7012,14	
завтрак № 2							
	ГРУША	100	0,267	0,134	7,934	42	2
	Итого за завтрак № 2	100	0,267	0,134	7,934	42	
обед							
	КОМПОТ ИЗ СВ\МОРОЖ. ОБЛЕПИХИ	180	0,1	0,1	11,1	46	486

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180	1,505	2,42	8,734	62,82	85
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	50	3,5	0,5	23	110	2
	БИГУС С МЯСОМ ПТИЦЫ -	200	21,5	21,6	5	300	329
	Итого за обед	635	28,605	24,87	60,334	581,32	
полдник							
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	412
	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	60	4,1	4,2	28,5	168	544
	Итого за полдник	240	4,22	4,22	38,7	209	
ужин							
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	25	2	0,25	12,5	62,5	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	25	1,5	0,25	11,75	55	2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,25	18,67	79	496
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	14,271	11,177	30,236	278,824	291
	Итого за ужин	430	18,381	11,927	73,156	475,324	
Итого за день		1815	73,268	780,528	247,302	8319,784	
Среднее значение за период:		1842.5	79.449	707.735	288.294	7859.19	