

Меню приготавливаемых блюд
Возрастная категория: 1-3 года (Дети до 3 лет)

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	150	4,02	4,86	22,815	151,05	231
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	150	2,375	2,009	11,967	75,834	395
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	Итого за завтрак	330	15,895	732,469	58,582	6891,884	
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	150	0,942	2,7	3,462	42	104
	КОМПОТ ИЗ КУРАГИ	150	0,325	0,009	20,825	84,75	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ -	160	14,4	13,6	33,84	315,2	354
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,6	22	2
	Итого за обед	480	17,167	16,509	67,727	488,95	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,567	4,067	7,559	85	400
	БУЛОЧКА «ДОРОЖНАЯ»	45	2,543	5,235	19,553	135,75	470
	Итого за полдник	195	7,11	9,302	27,112	220,75	
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	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ	60	6,9	1,05	8,85	72,75	307
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,8	66	2
	Итого за ужин	400	14,215	6,873	65,581	382,65	
Итого за день		1505	54,887	765,253	229,102	8027,234	
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	150	2,4	2,7	14,4	91,5	463
	КАША ЯЧНЕВАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ	155	5,007	6,293	19,871	156,24	94
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	12	2,784	3,54	0	42,96	75
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	Итого за завтрак	392	25,429	743,308	58,409	7026,575	
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	160	15,128	3,855	13,455	149,091	276
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,325	0,009	20,825	84,75	376
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,6	22	2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	1,614	1,728	10,032	62,19	173
	Итого за обед	480	18,567	5,792	53,912	343,031	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
полдник							
	ЙОГУРТ	170	4,93	4,25	6,8	85,85	470
	ПРЯНИКИ	25	1,5	1,375	18,5	87,5	10
	Итого за полдник	195	6,43	5,625	25,3	173,35	
ужин							
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	10,505	7,444	47,227	297,917	313
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150	0,1	0,017	8,5	34,167	412
	СОУС СМЕТАННЫЙ	20	0,28	0,99	1,17	14,82	372
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,8	66	2
	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	60	4,459	2,855	6,398	69,158	298
	Итого за ужин	400	19,844	11,906	92,095	557,062	
Итого за день		1567	70,77	766,731	239,816	8143,018	
Неделя 1							
День 3							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,875	10,2	66	465
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	КАША ПШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	170	5,1	5,831	24,259	169,83	233
	Итого за завтрак	350	16,7	733,306	58,259	6900,83	
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	110	0,88	3,036	3,256	43,956	352
	СОУС ТОМАТНЫЙ	20	0,22	0,65	0,91	10,46	419
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	КНЕЛИ ИЗ ПТИЦЫ	50	8,429	9,643	3,358	133,572	371

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ	150	5,01	3,45	12,21	99,855	54-8с-2020 (от 1 до 7 лет)
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,6	22	2
	КОМПОТ ИЗ СВ\МОРОЖ. БРУСНИКИ	150	0,084	0,084	9,25	38,334	486
	Итого за обед	500	16,123	17,063	38,584	373,177	
полдник							
	КЕФИР	175	5,075	4,375	7	88,375	470
	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,5	22,17	101,5	10
	Итого за полдник	200	6,925	6,875	29,17	189,875	
ужин							
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	ПИРОЖКИ, ПЕЧЕННЫЕ С КАРТОФЕЛЕМ	110	5,867	4,95	32,817	199,834	532
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,8	66	2
	БАНАНЫ	100	1,667	0,134	23,8	110,467	1
	САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ГОРОШКА	30	1,05	1,55	2,1	26,8	338
	Итого за ужин	450	13,234	7,309	94,492	506,601	
Итого за день		1600	53,482	764,653	230,605	8013,483	
Неделя 1							
День 4							
завтрак							
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,2	0,975	8,625	48	460
	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ	130	3,601	4,472	21,203	139,49	234
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	ПОВИДЛО, ДЖЕМ ИЛИ ВАРЕНЬЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	0,4	0	65	262	86
	Итого за завтрак	310	6,701	6,047	105,628	505,49	
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	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
обед							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,255	4,664	10,329	106,546	441
	ПЕЧЕНЬ ГОВЯЖЬЯ ПО-СТРОГАНОВСКИ	50	8,1	7,05	2,95	107,5	356
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,6	22	2
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КРУПОЙ	150	1,506	1,674	10,2	61,95	80
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ (ЛИМОН)	150	0,117	0,117	17,909	73,2	372
	Итого за обед	480	13,478	13,705	50,988	396,196	
полдник							
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	150	0,509	0,209	15,559	65,834	496
	*ВАТРУШКА	45	3,075	3,15	21,375	126	544
	Итого за полдник	195	3,584	3,359	36,934	191,834	
ужин							
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	РЫБА ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	170	4,573	4,896	28,424	176,205	249
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	10	2,32	2,95	0	35,8	75
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,8	66	2
	Итого за ужин	390	11,543	8,521	64,199	381,505	
Итого за день		1475	35,806	31,732	267,849	1518,025	
Неделя 1							
День 5							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,875	10,2	66	465
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	180	5,148	4,554	16,956	129,42	140
	Итого за завтрак	360	16,748	732,029	50,956	6860,42	
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 С\МОРЖ. ВИШНИ	150	0	0	0	0	486
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	АЗУ*	160	12,899	14,917	13,834	240,739	325
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	10	0,7	0,1	4,6	22	2
	БОРЩ С КАРТОФЕЛЕМ И СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ	150	23,742	17,448	32,952	384	57
	Итого за обед	480	38,141	32,565	56,386	671,739	
полдник							
	ПЕЧЕНЬЕ	25	1,85	2,5	22,17	101,5	10
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	150	1,2	0,975	8,625	48	460
	Итого за полдник	175	3,05	3,475	30,795	149,5	
ужин							
	СЫРНИКИ ИЗ ТВОРОГА ЗАПЕЧЕННЫЕ	120	23,68	6,24	25,52	252,8	286
	ЧАЙ С САХАРОМ	150	0,15	0,075	6,975	28,5	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	30	2,1	0,3	13,8	66	2
	СОУС АБРИКОСОВЫЙ	20	0,087	0,007	12,9	52,08	359
	Итого за ужин	350	28,417	6,922	74,195	474,38	
Итого за день		1465	86,623	775,258	218,866	8187,373	
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	150	2,4	2,7	14,4	91,5	463
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ НА СУХОМ МОЛОКЕ	150	4,5	7,755	30,015	207,9	228
	Итого за завтрак	330	16,4	736,055	68,215	6964,4	
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	110	10,505	7,444	47,227	297,917	313
	БЕФСТРОГАНОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ГОВЯДИНЫ	50	12,925	10,357	2,738	155,625	278
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	10	0,6	0,1	4,7	22	2
	РАССОЛЬНИК « ЛЕНИНГРАДСКИЙ»	150	1,596	1,896	7,596	55,2	80
	КИСЕЛЬ ИЗ КУРАГИ	150	0,417	0,025	12,417	51,667	482
	Итого за обед	480	26,843	19,922	79,678	607,409	
полдник							
	МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	150	4,567	4,067	7,559	85	400
	КРЕНДЕЛЬ САХАРНЫЙ	40	2,36	4,38	18,58	123,334	460
	Итого за полдник	190	6,927	8,447	26,139	208,334	
ужин							
	ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	110	2,255	4,664	10,329	106,546	441
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	30	1,8	0,3	14,1	66	2
	СУФЛЕ ИЗ МИНТАЯ	50	6	2,84	2,8	61	3.3a
	Итого за ужин	400	12,635	8,194	50,599	342,746	
Итого за день		1500	63,072	772,752	232,565	8164,889	

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
Неделя 2							
День 2							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КАША ИЗ ОВСЯННЫХ ХЛОПЬЕВ "ГЕРКУЛЕС"	150	4,845	6,09	19,23	151,2	232
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	12	2,784	3,54	0	42,96	75
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,875	10,2	66	465
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	Итого за завтрак	342	19,229	737,105	53,23	6925,16	
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	110	0,88	3,036	3,256	43,956	352
	СОУС ТОМАТНЫЙ	25	0,275	0,813	1,138	13,075	419
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	ТЕФТЕЛИ С РИСОМ	50	4,7	4,05	4,95	75	350
	БОРЩ С ФАСОЛЬЮ И КАРТОФЕЛЕМ	150	2,292	3,072	9,708	75,678	63
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	10	0,6	0,1	4,7	22	2
	КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ПЛОДОВ	150	0,117	0,117	17,909	73,2	372
	Итого за обед	505	9,664	11,288	46,661	327,909	
полдник							
	КЕФИР	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
	ПРЯНИКИ	40	2,4	2,2	29,6	140	10
	Итого за полдник	220	7,62	6,7	36,8	230,9	
ужин							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	ПУДИНГ ИЗ ТВОРОГА С РИСОМ	120	20,56	7,12	23,52	240,8	284
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	412
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	30	1,8	0,3	14,1	66	2
	МОЛОКО СГУЩЕННОЕ	20	1,44	1,7	11,1	65,4	471
	Итого за ужин	380	26,32	9,44	73,92	488,2	
Итого за день		1547	63,333	764,633	220,711	8015,169	
Неделя 2							
День 3							
завтрак							
	ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	130	11,2	12,6	2,8	170	268
	САЛАТ ИЗ КУКУРУЗЫ	40	0,8	0,134	4,134	20,934	54-21з-2020 (от 1 до 3 лет)
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	12	2,784	3,54	0	42,96	75
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,059	2,659	13,184	89,167	397
	Итого за завтрак	362	27,343	744,533	43,918	6988,061	
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	150	9,72	7,92	6,618	136,8	290
	КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ	150	0,325	0,009	20,825	84,75	376
	КОТЛЕТЫ РЫБНЫЕ (ГОРБУША)	50	8,667	3,334	4,25	81,834	54-2р-2020 (от 1 до 3 лет)
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	РИС ОТВАРНОЙ	110	16,962	13,651	4,356	207,9	315
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	10	0,6	0,1	4,7	22	2

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	Итого за обед	505	37,349	25,927	46,887	571,359	
полдник							
	ПЕЧЕНЬЕ	40	2,96	4	35,472	162,4	10
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,25	18,67	79	496
	Итого за полдник	220	3,57	4,25	54,142	241,4	
ужин							
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	30	1,8	0,3	14,1	66	2
	СУП МОЛОЧНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ	150	4,29	3,795	14,13	107,85	140
	Итого за ужин	390	8,67	4,485	51,6	283,05	
Итого за день		1577	78,599	779,329	220,347	8194,337	
Неделя 2 День 4							
завтрак							
	КАША ПШЕНИЧНАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ	150	4,095	4,65	19,365	135,75	230
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	150	2,1	1,875	10,2	66	465
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	Итого за завтрак	330	15,695	732,125	53,365	6866,75	
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	110	2,255	4,664	10,329	106,546	441

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	50	9,584	2,167	6,75	84,25	54-5м-2020 (от 1 до 3 лет)
	СВЕКОЛЬНИК	150	5,622	6,786	39,924	292,8	83
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	10	0,6	0,1	4,7	22	2
	Итого за обед	510	19,041	13,997	86,503	611,596	
полдник							
	ЙОГУРТ	180	5,22	4,5	7,2	90,9	470
	ВАФЛИ	40	2,2	9,2	26,8	196	350
	Итого за полдник	220	7,42	13,7	34	286,9	
ужин							
	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ	110	2,09	4,895	10,285	93,5	177
	ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,18	0,09	8,37	34,2	457
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	50	10,195	8,095	0,41	115,25	145
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	30	1,8	0,3	14,1	66	2
	Итого за ужин	400	16,665	13,68	48,165	383,95	
Итого за день		1560	59,088	773,769	228,567	8180,53	
Неделя 2 День 5							
завтрак							
	МАСЛО СЛИВОЧНОЕ (ПОРЦИЯМИ)	10	8	725	13	6609	79
	СЫР ПОЛУТВЕРДЫЙ (порциями)	12	2,784	3,54	0	42,96	75
	БАТОН	20	1,5	0,6	10,8	56	1
	КАША МОЛОЧНАЯ " ДРУЖБА"	150	3,975	5,01	20,715	143,7	226
	КАКАО С МОЛОКОМ	150	3,059	2,659	13,184	89,167	397
	Итого за завтрак	342	19,318	736,809	57,699	6940,827	
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							

Прием пищи	Наименование блюда	Вес блюда	Пищевые вещества			Энергетическая ценность	№ рецептуры
			белки	жиры	углеводы		
	КОМПОТ ИЗ СВ\МОРОЖ. ОБЛЕПИХИ	150	0,084	0,084	9,25	38,334	486
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	150	1,254	2,016	7,278	52,35	85
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	10	0,8	0,1	5	25	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	10	0,6	0,1	4,7	22	2
	БИГУС С МЯСОМ ПТИЦЫ -	160	17,2	17,28	4	240	329
	Итого за обед	480	19,938	19,58	30,228	377,684	
полдник							
	ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180	0,12	0,02	10,2	41	412
	БУЛОЧКА РОССИЙСКАЯ	45	3,075	3,15	21,375	126	544
	Итого за полдник	225	3,195	3,17	31,575	167	
ужин							
	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,4	0,3	15	75	1
	ХЛЕБ БОРОДИНСКИЙ	30	1,8	0,3	14,1	66	2
	НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,61	0,25	18,67	79	496
	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	160	11,417	8,942	24,189	223,059	291
	Итого за ужин	400	16,227	9,792	71,959	443,059	
Итого за день		1547	58,945	769,485	199,395	7970,57	
Среднее значение за период:		1534.3	62.461	696.36	228.783	7441.463	