

А. В. Воронин
МЕНЮ

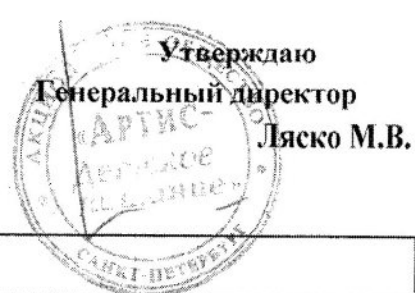
от 3-7 лет (12 часов)



I 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	205	7,2	8,3	35,0	262,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2	0,0	6,1	26,2
Итого за прием пищи:	428	10,6	12,4	48,1	350,6
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	50	0,4	0,0	0,9	6,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ И ГОВЯДИНОЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/10	4,1	4,3	8,1	88,7
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ	80	13,0	10,7	3,4	162,8
ЩОРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	2,9	19,5	116,7
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	96,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за прием пищи:	740	24,9	19,4	84,6	617,1
Полдник					
ПЛОВ	200	25,7	11,2	36,2	348,5
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2,0	3,5	153,9
БУЛОЧКА "ТВОРОЖНАЯ"	50	4,7	2,1	17,2	105,7
Итого за прием пищи:	450	37,3	15,5	65,4	648,9
Всего за день:		73,3	47,8	209,9	1 669,7

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

а.г. Воронина

МЕНЮ
от 3-7 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	205	5,1	8,1	27,9	205,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	415	11,7	17,8	51,5	351,0
II Завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	1,0	0,2	17,8	78,0
Итого за прием пищи:	180	1,0	0,2	17,8	78,0
Обед					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	50	0,5	0,1	1,9	12,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МАКАРОННЫМИ ИЗДЕЛИЯМИ И ПТИЦЕЙ И ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,8	3,9	18,0	125,6
ЗАПЕКАНКА ИЗ ПЕЧЕНИ С РИСОМ	200	24,7	8,0	28,3	282,7
НАПИТОК ИЗ ПЛОДОВ ШИПОВНИКА	180	0,6	0,2	22,0	93,0
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:	681	33,4	13,0	89,0	606,9
Полдник					
РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ В МОЛОКЕ	70	10,7	4,3	2,1	89,9
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	130	2,7	4,6	17,5	119,4
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	21,7	88,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	70	9,0	4,3	29,6	190,8
Итого за прием пищи:	470	23,9	13,5	79,4	529,5
Всего за день:		69,9	44,6	237,7	1 565,5

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

М/с Верина Л.Т.

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ

от 3-7 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	50	1,5	1,8	3,0	33,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,8	18,5	2,8	236,1
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	410	20,7	23,3	33,3	424,2
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	50	0,4	0,0	1,3	7,0
ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ, СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/5/1	1,4	3,7	6,3	66,2
ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70/70	16,7	17,1	5,8	250,0
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	6,4	3,7	28,8	174,6
ЧАЙ С ВАРЕНЬЕМ	180/10	0,1	0,0	7,3	28,6
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:	756	27,8	25,3	68,3	619,9
Полдник					
ЖАРКОЕ ПО-ДОМАШНЕМУ	150	17,0	3,5	16,0	163,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	5,8	23,2
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:	450	21,2	6,2	34,8	283,8
Всего за день:		72,0	55,6	167,8	1 471,9

Л.С. Воронина



МЕНЮ
от 3-7 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	205	6,0	8,0	27,0	203,0
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0
Итого за прием пищи:	415	13,0	15,3	49,6	372,0
II Завтрак					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	5,8	23,2
Итого за прием пищи:	180	0,0	0,0	5,8	23,2
Обед					
САЛАТ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	50	0,8	7,6	6,0	96,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,2	6,0	8,9	110,1
ПУДИНГ РЫБНЫЙ ЗАПЕЧЕННЫЙ	80	11,0	5,9	7,2	125,7
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	1,5	0,1	6,9	34,9
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,1	0,0	5,9	23,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	40	2,7	0,3	17,0	81,6
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	105,6
Итого за прием пищи:	761	23,3	21,1	72,5	577,8
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	130	25,4	9,5	20,8	272,2
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,0	4,0	9,8	98,9
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	120	1,1	0,2	9,7	51,6
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,1	4,0	34,8	148,7
Итого за прием пищи:	490	35,6	17,7	75,1	571,4
Всего за день:		71,9	54,1	203,0	1 544,4

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

В.В. Воронина

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ

от 3-7 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")	200	6,2	8,4	24,9	198,8
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	420	13,4	19,8	47,5	359,1
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					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	1,5	45,6
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200/20	6,1	5,6	12,6	124,7
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200	19,2	18,1	27,4	354,7
СОУС СМЕТАННЫЙ	50	1,0	2,0	3,0	37,3
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	5,8	23,2
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:	740	30,0	29,4	69,1	679,1
Полдник					
ПОМИДОР СВЕЖИЙ	40	0,5	0,1	1,5	9,6
МАКАРОНЫ, ЗАПЕЧЕННЫЕ С ЯЙЦОМ	150	7,5	7,7	29,0	214,4
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2	0,0	6,1	26,2
БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	50	4,3	0,9	25,9	130,0
Итого за прием пищи:	433	12,4	8,7	64,9	390,0
Всего за день:		56,3	58,3	193,3	1 481,0

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

*Л.С. Воронина Л.Т.*Утверждаю
Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ
от 3-7 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	1,6	0,6	14,8	70,4
КАША ПШЕННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ	205	7,2	8,3	35,0	226,4
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	415	11,4	12,8	63,5	378,4
II Завтрак					
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	180	1,0	0,2	17,8	78,0
Итого за прием пищи:	180	1,0	0,2	17,8	78,0
Обед					
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ	50	0,4	0,0	1,3	7,0
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	200/10	5,1	3,3	20,9	134,0
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ ОТВАРНЫЕ	80	11,1	3,8	6,1	103,8
ОВОЩИ В МОЛОЧНОМ СОУСЕ	130	1,8	0,1	8,4	43,0
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	22,7	105,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	104,8
Итого за прием пищи:	710	22,9	8,7	88,5	539,6
Полдник					
КОТЛЕТА МЯСНАЯ (ГОВЯДИНА)	70	12,9	11,5	12,7	208,7
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,9	2,9	19,5	116,7
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	180	5,5	2,0	3,5	153,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	4,0	34,6	178,4
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,8	2,5	4,5	56,5
Итого за прием пищи:	560	29,4	24,7	88,9	795,2
Всего за день:		64,7	46,4	258,7	1 791,2

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

Ирина

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ

от 3-7 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	50	1,5	1,8	3,0	33,7
ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ	150	14,8	18,5	2,8	236,1
КАКАО С МОЛОКОМ	180	3,8	3,2	15,6	107,0
Итого за прием пищи:	410	23,3	27,6	28,4	438,8
II Завтрак					
АПЕЛЬСИН СВЕЖИЙ	150	1,4	0,3	12,2	64,5
Итого за прием пищи:	150	1,4	0,3	12,2	64,5
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,4	0,1	3,9	41,3
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,6	6,0	11,8	122,8
КОТЛЕТА РУБЛЕННАЯ ИЗ ПТИЦЫ	70	13,6	7,3	11,8	165,8
ПЮРЕ ИЗ СВЕКЛЫ	150	2,4	5,0	15,5	116,1
КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	180	0,4	0,1	16,0	66,9
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	705	24,3	19,2	77,8	606,5
Полдник					
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	40	4,9	4,5	0,3	60,9
ОВОЩИ, ПРИПУЩЕННЫЕ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	150	1,5	0,1	7,0	35,2
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	180/15	0,2	0,0	10,9	42,6
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,8	2,5	4,5	56,5
Итого за прием пищи:	555	15,0	10,2	60,0	392,8
Всего за день:		64,0	57,3	178,4	1 502,6

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

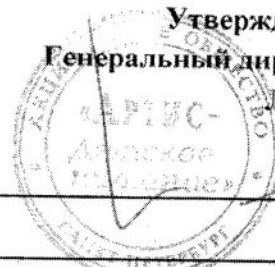
Ирина Воронина

Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

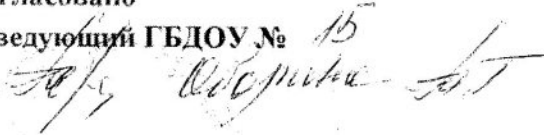
МЕНЮ
от 3-7 лет (12 часов)



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	205	6,0	8,0	27,0	203,0
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180	3,2	2,8	13,6	77,0
Итого за прием пищи:	415	12,6	17,7	50,6	349,0
II Завтрак					
КОМПОТ ИЗ АПЕЛЬСИНОВ	180	0,1	0,0	8,9	36,3
Итого за прием пищи:	180	0,1	0,0	8,9	36,3
Обед					
ОГУРЕЦ СОЛЕННЫЙ	50	0,4	0,0	0,9	6,5
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КУРОЙ И СМЕТАНОЙ, ЗЕЛЕНЬЮ ПЕТРУШКИ	200/10/1	4,0	4,3	12,6	106,4
ПУДИНГ ИЗ ПЕЧЕНИ С МОРКОВЬЮ	80	16,0	8,3	7,0	166,0
РАГУ ОВОЩНОЕ (3-й ВАРИАНТ)	150	1,8	4,5	10,6	89,8
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК	180	0,1	0,1	22,7	105,4
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	40	2,7	0,3	17,0	82,0
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	731	26,5	18,1	81,1	608,5
Полдник					
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	100	19,5	7,3	16,0	209,1
СОУС МОЛОЧНЫЙ (СЛАДКИЙ)	50	0,9	2,2	6,7	50,7
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	200	6,0	4,0	9,8	98,9
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	110	0,4	0,4	10,8	48,4
ПЕЧЕНЬЕ	40	3,0	4,0	34,6	178,4
Итого за прием пищи:	500	29,8	17,9	77,9	585,5
Всего за день:		69,0	53,7	218,5	1 579,3

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15



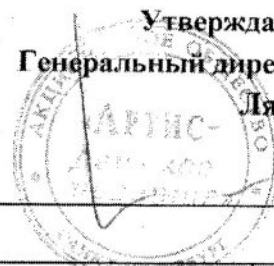
Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ

от 3-7 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	205	6,7	9,7	24,4	211,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180	2,8	2,4	12,7	84,0
Итого за прием пищи:	415	12,7	16,2	44,1	357,0
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	50	0,4	0,0	1,3	7,0
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,2	5,8	8,9	108,6
РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	80	15,7	0,9	0,5	73,6
ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	3,2	5,0	21,3	147,0
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	180/6/7	0,2	0,0	6,1	26,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
Итого за прием пищи:	728	26,5	12,5	56,9	455,6
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	180	0,1	0,1	21,7	88,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
ПИРОЖОК ПЕЧЕНый С КАПУСТОЙ И ЯЙЦОМ	75	5,0	2,8	30,0	164,9
ЙОГУРТ ФРУКТОВЫЙ	100	2,8	2,5	4,5	56,5
Итого за прием пищи:	565	26,7	9,2	82,5	524,1
Всего за день:		68,3	38,6	214,9	1 480,7

Согласовано

Заведующий ГБДОУ № 15

М.С. Воронина

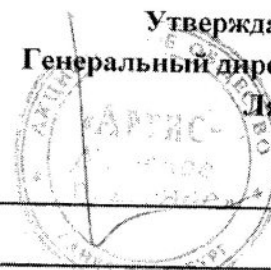
Утверждаю

Генеральный директор

Ляско М.В.

МЕНЮ

от 3-7 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	205	5,1	8,1	27,9	205,0
ЧАЙ С САХАРОМ	180/6	0,1	0,0	5,9	23,9
Итого за прием пищи:	431	7,1	9,6	54,9	346,6
II Завтрак					
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	180	0,0	0,0	5,8	23,2
Итого за прием пищи:	180	0,0	0,0	5,8	23,2
Обед					
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,8	2,9	4,0	45,6
РАССОЛЬНИК С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200/10/5	4,4	6,0	10,4	116,5
СУФЛЕ КУРИНОЕ	70	12,8	4,4	2,7	101,6
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ С МАСЛОМ	150	5,4	2,2	34,9	180,0
НАПИТОК ЯБЛОЧНЫЙ	180	0,1	0,1	23,6	96,8
БАТОН ОБОГАЩЕННЫЙ	40	3,0	1,2	20,6	105,6
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГАЩЕННЫЙ	20	1,4	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	725	27,9	17,0	104,7	686,9
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	40,8
СДОБА ОБЫКНОВЕННАЯ	50	4,2	3,3	28,8	160,3
Итого за прием пищи:	430	22,8	23,5	61,9	555,1
Всего за день:		57,8	50,0	227,3	1 611,8