

Согласовано:



Заведующая МБДОУ Д/С №8

Беспальченко С.И.

01 июня 2024 г

УТВЕРЖДАЮ:



Индивидуальный предприниматель

Решитько С.А.

01 июня 2024 г

***Примерное цикличное
10-ти дневное меню
для детей от 1,5 года до 3 лет
в дошкольных учреждениях
Калининского района***

Сезон: Лето- Осень

2024 г



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 1

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ		20	1,1	2,0	3,5	65,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8				
АТОН ПРОСТОЙ	12	12				
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С ЯБЛОКОМ И КУРАГОЙ		130/20/10	6,4	6,1	25,7	165,9
КРУПА РИСОВАЯ	28,38	28,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	71,1	71,1				
САХАР ПЕСОК	2,6	2,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13	13				
ЯБЛОКИ	22,73	20				
КУРАГА	10	10				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6,6	6,6				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ		180	0,9	1,1	11,2	49,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,5	48,5				
САХАР ПЕСОК	6	6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,8	110,8				
			8,4	9,2	40,4	279,9
II Завтрак						
ОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ		150	0,5	0,2	18,0	75,6
СОК МУЛЬТИФРУКТОВЫЙ	150	150				
			0,5	0,2	18,0	75,6
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ		30	0,2	1,8	0,7	20,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	35,6	28,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ		180	2,0	6,6	9,9	101,9
СВЕКЛА	33,33	25				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	25	20				
КАРТОФЕЛЬ	50	30				
МОРКОВЬ	9,6	7,2				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	2,4	1,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,2				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5,4	5,4				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,6	1,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	166	166				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	6	6				
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ		60	7,4	5,7	10,2	123,2
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	44,7	39,6				

БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕН.МУКА ВЫСШ.СОРТ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	10,8	10,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	15,6	15,6				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
РАГУ ОВОЩНОЕ		110	2,1	1,8	13,7	81,3
КАРТОФЕЛЬ	94,7	56,8				
МОРКОВЬ	23,3	17,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	10,5	8,8				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	22,5	18				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	28,1	28,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,4	1,4				
МОРКОВЬ	2,4	1,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,7	0,6				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,4	0,4				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	4,5	4,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5				
САХАР ПЕСОК	0,4	0,4				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК		150	0,2	0,2	18,3	76,6
ЯБЛОКИ	51,14	45				
САХАР ПЕСОК	9	9				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7	7				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			14,7	16,4	71,0	490,0
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ		60	7,5	9,1	8,1	141,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	20,1	20,1				
САХАР ПЕСОК	1,3	1,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,6	0,6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	9,4	9,4				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,6	0,6				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	42	33,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,8	0,8				
ПЕТРУШКА (ЗЕЛЕНЬ)	0,4	0,3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2				
ФИТОЧАЙ		150	0	0	4,9	19,4
ЧАЙ КАРКАДЕ СУХОЙ	0,4	0,4				
САХАР ПЕСОК	5	5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
ЯБЛОКО		95	0,4	0,3	9,8	44,7
ЯБЛОКО	105,5	95				
			7,9	9,4	22,8	205,1
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,5	35,2	152,2	1 050,6



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 2

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	20		2,0	2,7	4,9	79,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
БАТОН ПРОСТОЙ	10	10				
КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ	150		5,4	5,5	20,6	139,8
КРУПА ПШЕНИЧНАЯ	17,17	17				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	71,4	71,4				
САХАР ПЕСОК	3,1	3,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6				
КАКАО С МОЛОКОМ	180		1,0	1,2	15,1	61,0
КАКАО-ПОРОШОК	1,2	1,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	108,4	108,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70				
САХАР ПЕСОК	6	6				
			8,4	9,4	40,6	280,2
II Завтрак						
КЕФИР	180		2,1	2,3	10,2	70,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,4	180				
			2,1	2,3	10,2	70,0
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	30		0,3	0,1	1,1	7,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	31,7	30,1				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	180/45		3,9	9,9	8,3	112,0
ГОВЯДИНА Б/К	60,8	51,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,4	4,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,5	4,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,09 шт.	3,6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
КАРТОФЕЛЬ	70	42				
МОРКОВЬ	9,6	7,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,2				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,8	1,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120				
ПЕЧЕНЬ, ТУШЕНАЯ В СОУСЕ	35/25		4,8	4,3	3,8	100,0
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	45,8	42,6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,8	0,8				

МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,6	22,6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		90/20	2,1	2,3	24,4	120,1
МОРКОВЬ	20	15				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	4,7	3,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7	7				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,8	30,8				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,9	0,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	184,8	184,8				
КОМПОТ ИЗ СУХОФРУКТОВ		180	0,8	0	15,3	64,7
СУХОФРУКТЫ	15	15				
САХАР ПЕСОК	8	8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	209,7	209,7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			14,7	16,9	71,1	490,8
Полдник						
ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ С СОУСОМ		100/20	4,9	6,9	10,1	143,0
КАРТОФЕЛЬ	146,67	88				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	24	19,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,8				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2,8	2,8				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5	5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,9	1,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,1	0	12,4	26,0
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,3	0,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33,7	33,7				
САХАР ПЕСОК	6	6				
ЛИМОН	8,33	5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	101,4	101,4				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			6,3	7,1	31,0	210,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,5	35,7	152,9	1 051,0

Утверждаю



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 3

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ	30		2,0	2,2	15,3	80,2
ПЕЧЕНЬЕ	30	30				
ОМЛЕТ С СЫРОМ	130		4,5	7,2	2,2	142,6
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,17 шт.	87,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	32,5	32,5				
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
ОВОЩИ ПОРЦИОННО	30		0,3	0	1,0	5,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	15,2	15				
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	15,2	15				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ	150		0,1	0	12,4	26,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	45,6	45,6				
ЛИМОН	8,5	5,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,7	108,7				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,4	25,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
			8,4	9,5	40,3	280,0
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	95		0,4	0,4	9,3	42,2
ЯБЛОКО	107,9	95				
			0,4	0,4	9,3	42,2
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С ЯБЛОКАМИ	30		0,3	1,6	3,6	29,7
СВЕКЛА	18	13,5				
ЯБЛОКИ	17,05	15				
САХАР ПЕСОК	0,9	0,9				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5				
РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ	180		1,5	2,7	14,3	109,6
КАРТОФЕЛЬ	73,33	44				
КРУПА ПЕРЛОВАЯ	3,6	3,6				
МОРКОВЬ	9,6	7,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6				
ОГУРЦЫ СОЛЕННЫЕ	18	10,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТЬ	6	6				

ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ	40/120		9,8	11,6	21,3	205,0
КУРЫ ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	71,43	50				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	6,4	6,4				
КАРТОФЕЛЬ	105	63				
МОРКОВЬ	45,33	34				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	2,8	2,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	12,7	10,7				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	23,08	15				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	6	6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	4,1	4,1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	44	44				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5,3	5,3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК	150		0,3	0,2	13,6	58,9
ЯБЛОКО	33,3	30				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155	155				
САХАР ПЕСОК	8	8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20		1,3	0,2	8,5	40,0
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			14,7	16,4	71,0	490,0
Полдник						
ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	100/15		6,2	7,3	24,3	187,9
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	75,2	75,2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	11,5	11,5				
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,15 шт.	6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2				
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15				
ЧАЙ С МОЛОКОМ	150		1,8	1,6	7,2	50,1
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	87,5	87,5				
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	62,5	62,5				
			8,0	8,9	31,5	238,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,5	35,2	152,1	1 050,2

Утверждаю



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 4

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	20		1,1	4,0	3,5	80,0
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	8	8				
БАТОН ПРОСТОЙ	12	12				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУЛЕС"	130		4,8	4,2	16,2	105,3
ОВСЯНЫЕ ХЛОПЬЯ "ГЕРКУЛЕС"	24,8	24,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	126,3	126,3				
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,2	5,2				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		0,9	1,1	11,2	49,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,5	48,5				
САХАР ПЕСОК	6	6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,8	110,8				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20				
			8,3	9,4	40,6	280,3
II Завтрак						
КЕФИР	180		2,1	2,3	10,2	70,0
КЕФИР 2,5% ЖИРНОСТИ	185,4	180				
			2,1	2,3	10,2	70,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	30		0,3	1,0	1,5	17,3
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	22,93	22,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1				
СУП-ЛАПША ДОМАШНЯЯ	180/35/12		3,9	8,0	13,3	158,0
БРОЙЛЕРЫ ЦЫПЛЯТА ПОТРОШ. 1 КАТЕГОРИИ	69,44	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6				
МОРКОВЬ	4,8	3,6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,6	0,6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	17,1	17,1				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	0,7	0,7				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,12 шт.	4,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	3,5	3,5				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
КАРТОФЕЛЬ	50	30				

ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	171	171				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ		40/20	5,4	5,8	11,6	99,6
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	55,3	49				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,4	11,4				
МОРКОВЬ	13,6	10,8				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	5,8	4,8				
ТОМАТНАЯ ПАСТА	2,4	2,4				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,1	0,1				
КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ		120	2,3	1,3	18,6	98,0
КАРТОФЕЛЬ	168,1	117,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,7	4,7				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	80	80				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0	0	7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15				
САХАР ПЕСОК	8	8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			14,7	16,4	71,0	490,6
Полдник						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		30	0,4	1,8	1,1	22,7
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	14,5	14,4				
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	13,1	10,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ		60	4,6	5,1	16,7	130,2
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	58,7	54,6				
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	8,8	8,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,2	2,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,6	2,6				
ФИТОЧАЙ		150	0	0	4,1	16,3
ЧАЙ КАРКАДЕ (ГИБИСКУС) СУХОЙ	0,3	0,3				
САХАР ПЕСОК	4,2	4,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			6,3	7,1	30,4	210,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,4	35,2	152,2	1 050,9



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 5

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	20		2,0	2,7	4,9	79,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,6	6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5	5				
БАТОН ПРОСТОЙ	9	9				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ	130		3,8	5,4	10,4	94,5
КРУПА МАННАЯ	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	118,3	118,3				
САХАР ПЕСОК	2,7	2,7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	5,2	5,2				
КАКАО С МОЛОКОМ	180		1,0	1,2	15,1	61,0
КАКАО-ПОРОШОК	1,2	1,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	108,4	108,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70				
САХАР ПЕСОК	6	6				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20				
			8,3	9,4	40,1	280,9
II Завтрак						
КЕФИР	180		2,1	2,3	10,2	70,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,4	180				
			2,1	2,3	10,2	70,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	30		0,2	0	0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30				
ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ	180		2,2	5,5	5,9	80,7
ЩАВЕЛЬ	71,1	54				
КАРТОФЕЛЬ	25,7	18				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ. СОРТ	3,6	3,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4,3	4,3				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,25 шт.	10				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,7	0,7				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ	130/30		9,3	10,4	35,3	271,5
КАПУСТА СВЕЖАЯ	120	90				
ГОВЯДИНА Б/К	67,54	57				
КРУПА РИСОВАЯ	5,05	5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	14,29	12				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕНОЕ	2	2				

СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	2	2				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	6,5	6,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2				
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	11,1	47,6
ЯБЛОКИ	20,5	18				
САХАР ПЕСОК	8	8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,2	151,2				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			14,7	16,4	71,3	490,8
Полдник						
ОВОЩИ ПОРЦИОННО		30	0,3	0	1,0	5,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	15,2	15				
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	15,2	15				
СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ		60	3,9	6,7	6,2	96,6
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	58,1	51,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,5	2,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	2,9	2,9				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,18 шт.	7,1				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2,1	2,1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1	1				
СОК ЯБЛОЧНЫЙ		150	0,8	0,2	14,7	66,9
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	150	150				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			6,3	7,1	30,4	210,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,4	35,2	152,0	1 051,7

Утверждаю



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 6

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ		30	0,2	0	12,5	92,3
ПЕЧЕНЬЕ	30	30				
ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ		130	6,6	9,1	6,3	116,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1,29 шт.	52				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	52	52				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,3	3,3				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНый КОНСЕРВЫ	34	22,1				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		175/5	0,1	0	12,4	26,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	43,1	43,1				
ЛИМОН	8,33	5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	137,3	137,3				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20				
			8,4	9,2	40,9	280,5
II Завтрак						
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,3	9,8	44,7
ЯБЛОКО	105,5	95				
			0,4	0,3	9,8	44,7
Обед						
ПОМИДОР СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО		30	0,3	0,1	1,1	7,2
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	31,7	30,1				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ		180/40	4,4	2,4	14,9	112,7
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	42,4	37,6				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,05 шт.	2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,4	8				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
РЫБА ТРЕСКА ФИЛЕ						
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	4,6	4,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,1	0,1				
МОРКОВЬ	0,1	0,1				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,02	0,02				
КАРТОФЕЛЬ	76,67	46				
МОРКОВЬ	4,8	3,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	1,8	1,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120				
ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ		40/20	6,2	8,7	7,9	131,8

ГОВЯДИНА Б/К	59,24	50				
МОРКОВЬ	1,6	1,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1,2				
МОРКОВЬ	8	6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	7,2	6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,6	0,6				
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	6,1	6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	19,8	19,8				
КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ		110	2,8	7,0	15,2	121,0
КРУПА ГРЕЧНЕВАЯ ЯДРИЦА	50,8	50,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	76,2	76,2				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,2	4,2				
КИСЕЛЬ ИЗ СУХОФРУКТОВ		150	0	0	14,0	56,0
СУХОФРУКТЫ	15	15				
САХАР ПЕСОК	9	9				
КРАХМАЛ КАРТОФЕЛЬНЫЙ	7	7				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	165	165				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			16,5	18,5	71,3	515,5
Полдник						
БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ		60	3,1	4,2	21,8	115,7
МУКА ПШ. ВЫСШ.СОРТ	39,3	39,3				
МУКА ПШ. ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2				
САХАР ПЕСОК	7	7				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,06 шт.	2,4				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	0,8	0,8				
ВАНИЛИН	0,03	0,03				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	18	18				
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ		180	3,2	3,0	8,4	94,6
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	180	180				
			6,3	7,2	30,2	210,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,6	35,2	152,2	1 050,7

ВОДА ПИТЬЕВАЯ	144	144				
ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ		45/115	9,1	13,0	27,6	235,0
КУРИНАЯ ГРУДКА	65,93	60				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	3	3				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15	12,6				
МОРКОВЬ	16,8	12,6				
КРУПА РИСОВАЯ	40,4	40				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	118,9	118,9				
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		180	0,2	0,2	11,3	47,3
ЯБЛОКИ	20,5	18				
САХАР ПЕСОК	8	8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,2	151,2				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			14,7	16,7	71,8	490,4
Полдник						
РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ С КАБАЧКАМИ		110	3,9	6,7	2,7	81,0
КАРТОФЕЛЬ	58,7	35,2				
МОРКОВЬ	23,5	17,6				
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	27,5	22				
КАБАЧКИ	23,5	17,6				
ГОРОШЕК ЗЕЛЕНЬИЙ КОНСЕРВЫ	8,5	5,5				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	33	33				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,5	1,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1	1				
МОРКОВЬ	2,6	2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	0,8	0,7				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	0,4	0,3				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	5	5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,5	0,5				
САХАР ПЕСОК	0,3	0,3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2				
СОК АБРИКОСОВЫЙ		150	1,1	0,2	19,2	87,3
СОК АБРИКОСОВЫЙ	150	150				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			6,3	7,1	30,4	210,0
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,5	35,8	152,8	1 050,8



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 8

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	20		2,0	2,7	4,9	79,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	6,6	6				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5	5				
БАТОН ПРОСТОЙ	9	9				
КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ КУКУРУЗНОЙ КРУПЫ	130		4,3	5,5	14,4	105,6
КРУПА КУКУРУЗНАЯ	15	15				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,3	110,3				
САХАР ПЕСОК	3	3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,2	5,2				
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	180		0,9	1,1	11,2	49,0
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК	2,4	2,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	48,5	48,5				
САХАР ПЕСОК	6	6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	110,8	110,8				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20		1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
			8,7	9,4	40,2	280,0
II Завтрак						
КЕФИР	180		2,1	2,3	10,2	70,0
КЕФИР 2,5 % ЖИРНОСТИ	186,4	180				
			2,1	2,3	10,2	70,0
Обед						
ОГУРЕЦ СВЕЖИЙ ПОРЦИОННО	30		0,2	0	0,8	4,2
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	30,31	30				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ	180/30		3,4	8,3	16,0	135,2
ГОВЯДИНА Б/К	59,24	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	151,9	151,9				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,4	1,1				
МОРКОВЬ	1,4	1,1				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1				
КАРТОФЕЛЬ	70	42				
МОРКОВЬ	9,6	7,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,5	7,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	9,2	9,2				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,1	1,1				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	2,6				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	14,5	14,5				

СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2				
ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ		30/20	4,0	5,3	9,1	79,8
ГОВЯЖЬЯ ПЕЧЕНЬ	49,3	45,8				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1	1				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	3,6	3,6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,9	0,9				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	10,8	10,8				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,6	3,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	0,4	0,4				
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ		90/20	4,1	2,3	13,3	126,0
МОРКОВЬ	20	15				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	4,7	3,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	17,86	15				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	7	7				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	2	2				
МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ВЫСШ.СОРТ	30,8	30,8				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	184,8	184,8				
КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК		150	0,3	0,2	13,6	58,9
ЯБЛОКО	33,3	30				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	155	155				
САХАР ПЕСОК	8	8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		20	1,3	0,2	8,5	40,8
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	20	20				
			14,8	16,4	71,0	490,9
Полдник						
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ПОВИДЛОМ		60	6,2	7,0	17,9	183,5
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	27,5	27,5				
САХАР ПЕСОК	1	1				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3	3				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,07 шт.	3				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,3	0,3				
ДРОЖЖИ ПРЕССОВАННЫЕ	1	1				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	7,4	7,4				
ПОВИДЛО	20	20				
САХАР ПЕСОК	2	2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	0,5	0,5				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,3				
ЧАЙ С ЛИМОНОМ		150/5	0,1	0	12,4	26,2
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	41,9	41,9				
САХАР ПЕСОК	6	6				
ЛИМОН	8,33	5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	108,7	108,7				
			6,3	7,0	30,3	209,7
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,9	35,1	151,7	1 050,6



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 9

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
ПЕЧЕНЬЕ		30	0,1	0	11,6	81,5
ПЕЧЕНЬЕ	30	30				
ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ		130	6,5	8,1	4,1	98,0
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	2,05 шт.	82,5				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	32,1	32,1				
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	18,49	18,3				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	4,5	4,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	5,6	5,6				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,8	0,8				
КАКАО С МОЛОКОМ		180	1,0	1,2	15,1	61,0
КАКАО-ПОРОШОК	1,2	1,2				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	108,4	108,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	70	70				
САХАР ПЕСОК	6	6				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	0,8	0,1	9,8	39,5
ХЛЕБ ПШЕНИЧН. ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ. СОРТ	20	20				
			8,4	9,4	40,6	280,0
II Завтрак						
БЛОКО СВЕЖЕЕ		95	0,4	0,4	9,3	42,2
ЯБЛОКИ	107,9	95				
			0,4	0,4	9,3	42,2
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ		30	0,4	1,8	1,1	22,7
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	14,5	14,4				
ОГУРЦЫ ГРУНТОВЫЕ	13,1	10,5				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	4,3	3,6				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ		180	4,1	6,9	9,9	105,5
ГОВЯДИНА Б/К	59,3	50				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	1,1	1				
МОРКОВЬ	1,2	1				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,5	0,5				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	6	6				
СВЕКЛА	48	36				
МОРКОВЬ	9	7,2				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	9,6	8,2				
КАРТОФЕЛЬ	44,3	31				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,6	3,6				

ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2,4	2,4				
ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАННЫМ СОУСОМ		130/30	6,0	7,3	20,6	156,5
КАПУСТА БЕЛОКОЧАННАЯ	120	96				
ГОВЯДИНА Б/К	71,09	60				
КРУПА РИСОВАЯ	6,06	6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	15,48	13				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1	1				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	1/8 шт.	5,03				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	5,5	5,5				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	2,3	2,3				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	22,5	22,5				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,2	0,2				
СОК ПЕРСИКОВЫЙ		150	0,5	0	17,1	98,9
СОК ПЕРСИКОВЫЙ	150	150				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			14,5	16,4	71,1	490,8
Полдник						
ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ		50	5,9	7,1	21,6	174,0
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	28,6	28,6				
САХАР ПЕСОК	1,5	1,5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,3	1,3				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,5				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,4	0,4				
ДРОЖЖИ СУХИЕ	0,8	0,8				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	11,5	11,5				
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	10	10				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,04 шт.	1,5				
САХАР ПЕСОК	0,8	0,8				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	0,6	0,6				
ВАНИЛИН	0,002	0,002				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,3	1,3				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,03 шт.	1,2				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	0,2	0,2				
ЧАЙ С МОЛОКОМ		150	2,2	1,8	9,5	63,5
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	135	135				
САХАР ПЕСОК	6	6				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	75	75				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	50	50				
			8,1	8,9	31,1	237,5
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,4	35,1	152,1	1 050,5

Утверждаю



МЕНЮ

1-3

ДЕНЬ 10

Наименование блюда	Выход		Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
	Брутто, г	Нетто, г	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак						
БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ	20		2,0	2,7	4,9	79,4
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	6	6				
БАТОН ПРОСТОЙ	9	9				
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	115/15		3,9	4,5	24,5	128,0
МОЛОКО СГУЩЕННОЕ С САХАРОМ 8,5% ЖИРНОСТИ	15	15				
ТВОРОГ 9,0% ЖИРНОСТИ	75	75				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,2	1,2				
КРУПА МАННАЯ	10	10				
САХАР ПЕСОК	2,3	2,3				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,1 шт.	4				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	4	4				
СУХАРИ ПАНИРОВОЧНЫЕ	6	6				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	6	6				
ЧАЙ С МОЛОКОМ	180		2,6	2,2	10,6	72,8
ЧАЙ ЧЕРНЫЙ БАЙХОВЫЙ	0,4	0,4				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	90	90				
САХАР ПЕСОК	6,4	6,4				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	90	90				
			8,5	9,4	40,0	280,2
II Завтрак						
КЕФИР	180		2,1	2,3	10,2	70,0
КЕФИР 2,5% ЖИРНОСТИ	185,4	180				
			2,1	2,3	10,2	70,0
Обед						
САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ С ЛУКОМ	30		0,3	1,8	1,5	24,5
ТОМАТЫ ГРУНТОВЫЕ	22,83	22,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,6	7,3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,8	1,8				
СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ	180/15		4,3	4,6	15,3	92,0
ГОВЯДИНА Б/К	59,24	50				
КАРТОФЕЛЬ	73,33	44				
ГОРОХ ЛУЩЕНЫЙ	13,8	13,7				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	8,2	6,8				
МОРКОВЬ	8,5	6,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,5	2,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	120	120				

БАТОН ПРОСТОЙ	15	15				
ПЕТРУШКА (КОРЕНЬ)	2,8	2				
ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ		40/20	4,7	5,8	11,0	124,9
РЫБА МИНТАЙ ФИЛЕ	56,43	50				
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	5,3	5,3				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	7,6	7,6				
ЛУК РЕПЧАТЫЙ	6,2	5,3				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	3	3				
МАСЛО ПОДСОЛНЕЧНОЕ РАФИНИРОВАННОЕ	1,5	1,5				
СМЕТАНА 20% ЖИРНОСТИ	4,6	4,6				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,5	1,5				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	13,6	13,6				
ТОМАТНОЕ ПЮРЕ	2	2				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	1,1	1,1				
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ		120	1,7	3,8	12,9	110,5
КАРТОФЕЛЬ	191,67	115				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	18	18				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	3,5	3,5				
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ		150	0	0	7,8	30,9
СУХОФРУКТЫ (СМЕСЬ)	15	15				
САХАР ПЕСОК	8	8				
ЛИМОННАЯ КИСЛОТА	0,2	0,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	150	150				
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ		20	1,5	0,1	9,7	46,0
ХЛЕБ ПШЕНИЧН.ФОРМОВОЙ МУКА ВЫСШ.СОРТ	20	20				
ХЛЕБ РЖАНОЙ		30	2,0	0,3	12,7	61,2
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ ОБОГ. МИКРОНУТРИЕНТАМИ	30	30				
			14,5	16,4	70,9	490,0
Полдник						
КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЬИ С СЫРОМ		110/20	5,8	6,8	8,6	129,3
КАРТОФЕЛЬ	155	93				
ЯЙЦА КУРИНЫЕ (ШТ.)	0,27 шт.	10,9				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	7,9	7,9				
СЫР РОССИЙСКИЙ	5,5	5				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,1	2,1				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	15,8	15,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	2,8	2,8				
МОЛОКО ПАСТЕР. 2,5% ЖИРНОСТИ	8,8	8,8				
МАСЛО СЛАДКО-СЛИВОЧНОЕ НЕСОЛЕННОЕ	1,2	1,2				
МУКА ПШЕНИЧНАЯ ВЫСШ.СОРТ	1,2	1,2				
ВОДА ПИТЬЕВАЯ	8,8	8,8				
САХАР ПЕСОК	0,2	0,2				
СОЛЬ ЙОДИРОВАННАЯ	0,1	0,1				
СОК ВИНОГРАДНЫЙ		150	0,5	0,3	21,8	81,0
СОК ВИНОГРАДНЫЙ	150	150				
			6,3	7,1	30,4	210,3
ВСЕГО ЗА ДЕНЬ:			31,4	35,2	151,5	1 050,5

МЕНЮ

1-3



1 день	2 день	3 день	4 день	5 день	6 день	7 день	8 день	9 день	10 день
Завтрак									
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 12/8	БУТЕРБРОД С СЫРОМ и маслом 10/5/5	ПЕЧЕНЬЕ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 12/8	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 9/6/5	ПЕЧЕНЬЕ 30	БУТЕРБРОД С МАСЛОМ 12/8	БУТЕРБРОД С СЫРОМИ МАСЛОМ 9/6/5	ПЕЧЕНЬЕ 30	БУТЕРБРОД С СЫРОМ И МАСЛОМ 9/5/6
КАША РИСОВАЯ ВЯЗКАЯ С ЯБЛОКОМ 130/3 0	КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ 150	ОМЛЕТ С СЫРОМ 130 ОВОЩИ ПОРЦИОННО 30	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ "ГЕРКУ ЛЕС" 130	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ИЗ МАННОЙ КРУПЫ 130	ОМЛЕТ С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ 130	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 115/50	КАША ЖИДКАЯ МОЛОЧНАЯ ПШЕННАЯ 130	ОМЛЕТ С ПОМИДОРАМИ 130	ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 115/50
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 175/5	ЧАЙ 180	КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ 180	КАКАО С МОЛОКОМ 180	ЧАЙ С МОЛОКОМ 180
		ЧАЙ С ЛИМОНОМ 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20		ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	
II Завтрак									
СОК МУЛЬТИФРУКТ. 150	КЕФИР 180	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 95	КЕФИР 180	КЕФИР 180	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 95	КЕФИР 180	КЕФИР 180	ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ 95	КЕФИР 180
Обед									
Салат из свежих огурцов- 30	ПОМИДОР СВЕЖИЙ 30	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С ЯБЛОК 30	САЛАТ ИЗ СВ.ПОМИДОР---30	Огурец свеж-30	Помидор свежий 30	САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК 30	Огурец порционно 30	САЛАТ ИЗ СВ.ПОМИДОР И ОГУРЦОВ-30	САЛАТ ИЗ СВ.ПОМИДОРОВ И ЛУКОМ-30
БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180/45	РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП- ЛАПША ДОМАШНЯЯ 180/35	ЩИ ЗЕЛЕННЫЕ -180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С РЫБНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ 180/40	БОРЩ ВЕГЕТАРИАНСКИЙ СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С КЛЕЦКАМИ 180/30	СВЕКОЛЬНИК СО СМЕТАНОЙ 180	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С ГОРОХОМ И ГРЕНКАМИ 180/15
БИТОЧКИ РЫБНЫЕ 60	ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ 35/25	ПТИЦА ТУШЕННАЯ В СОУСЕ С ОВОЩАМИ 40/120	РЫБА ТУШЕННАЯ В ТОМАТЕ С ОВОЩАМИ 40/20	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ 130/30	ГУЛЯШ ИЗ ГОВЯДИНЫ 40/20	ПЛОВ ИЗ ОТВАРНОЙ ПТИЦЫ 45/115	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ 30/20	ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ СО СМЕТАНЫМ СОУСОМ 130/30	ТЕФТЕЛИ РЫБНЫЕ С ТОМАТНЫМ СОУСОМ 40/20
РАГУ ОВОЩНОЕ 110	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 90/20	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 150	КАРТОФЕЛЬ ОТВАРНОЙ 120	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ 110	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 180	МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ С ОВОЩАМИ 90/20	СОК ПЕРСИКОВЫЙ 150	КАРТОФЕЛЬНОЕ ПОРЕ 120
КИСЕЛЬ ИЗ ЯБЛОК 150	КОМПОТ ИЗ С/ФР. 180	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТ-150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КИСЕЛЬ ИЗ С/ФР 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ ЯБЛОК 150	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ 150
ХЛЕБ ПШЕНИЧ. 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 30	ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ 20
ХЛЕБ РЖАНОЙ 20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ХЛЕБ РЖАНОЙ 30
Полдник									
ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С КАПУСТОЙ 60	ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С ОВОЩАМИ С СОУСОМ 100/20	ВАРЕНИКИ ЛЕНИВЫЕ СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ 100/15	САЛАТ ИЗ СВ.ПОМИДОР -30	Овощи порционно 30	БУЛОЧКА ВАНИЛЬНАЯ 60	РАГУ ИЗ ОВОЩЕЙ 110	ПИРОЖКИ ПЕЧЕННЫЕ С ЯБЛОКОМ 60	ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ 50	КАРТОФЕЛЬНЫЕ ОЛАДЬИ С СЫРОМ 110/20
ЧАЙ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ 60	СУФЛЕ ИЗ РЫБЫ 60	МОЛОКО КИПЯЧЕННОЕ 180	СОК АБРИКОСОВЫЙ 150	ЧАЙ С ЛИМОНОМ 150/5	ЧАЙ С МОЛОКОМ 150	СОК ФРУКТОВЫЙ 150
ЯБЛОКО 95	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20		ЧАЙ 150	СОК ЯБЛОЧНЫЙ 150		ХЛЕБ РЖАНОЙ 20			
			ХЛЕБ РЖ.-20	ХЛЕБ РЖАНОЙ 20					