

Меню приготавливаемых блюд

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 1

День: понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | Каша пшеничная молочная жидкая с маслом сливочным | 170 | 6,11 | 5 | 30,42 | 206,2 | 883 | 8,7 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,58 | 8 | 10,41 | 118,5 | 808 | 4,33 |
| | Чай с лимоном | 200 | 0,09 | | 20,26 | 79,8 | 483 | 2,87 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 7,78 | 13 | 61,09 | 404,5 | | 15,9 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| | Напиток Ягодка | 100 | 0,06 | | 7,42 | 30,6 | 930 | 0,49 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,06 | | 7,42 | 30,6 | | 0,49 |
| Обед | | | | | | | | |
| | Икра кабачковая пром.производства | 50 | 0,6 | 7 | 3,7 | 48,5 | 813 | 6,2 |
| | Суп-пюре из гороха | 180 | 5,55 | 1 | 16,29 | 97,5 | 1 049 | 2,89 |
| | Гренки из пшеничного хлеба | 10 | 1,3 | | 7,81 | 40 | 943 | 0,93 |
| | Плов со свининой | 200 | 12,47 | 24 | 47,18 | 450,8 | 444,01 | 25,71 |
| | Компот из изюма | 180 | 0,41 | | 25,32 | 104,4 | 932,01 | 5,27 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| Итого за Обед | | 640 | 22,03 | 33 | 108,8 | 793 | | 42,16 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Пряник (порц.) | 50 | 3,15 | 1 | 37,8 | 167,9 | 1 192 | 6,1 |
| | Кисломолочный напиток | 200 | 5,8 | 5 | 8 | 101 | 1 604 | 16,1 |
| Итого за Полдник | | 250 | 8,95 | 6 | 45,8 | 268,9 | | 22,2 |
| Итого за день | | 1 390 | 38,82 | 52 | 223,11 | 1497 | | 80,75 |

(лист 2)

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 1

День: вторник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|--------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | Каша ячневая молочная жидкая с маслом сливочным | 170 | 3,57 | 7 | 22,27 | 204 | 1 111 | 8,48 |
| | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 | 88,7 | 810 | 5,4 |
| | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | 828 | 1,39 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 7,76 | 10 | 47,53 | 352,6 | | 15,27 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| | Фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | 976,03 | 9,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | | 9,5 |
| Обед | | | | | | | | |
| | Салат из белокочанной капусты с морковью с маслом растительным (ноябрь-декабрь) | 50 | 0,88 | 3 | 4,96 | 47,2 | 818 | 2,37 |
| | *Рассольник ленинградский со сметаной и мясом кур | 180 | 1,9 | 5 | 13,51 | 107 | 1 030,06 | 10,61 |
| | Печень по-строгановски | 70 | 9,4 | 7 | 3,65 | 116,2 | 1 076 | 28,99 |
| | Пюре картофельное | 130 | 2,87 | 9 | 32,22 | 199,3 | 995 | 10,2 |
| | Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | | 21,49 | 89,2 | 912 | 3,39 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| Итого за Обед | | 650 | 18,51 | 25 | 94,09 | 659,1 | | 57,88 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Запеканка (сырники) из творога с морковью | 60 | 7,29 | 5 | 7,55 | 133,8 | 769 | 16,06 |
| | Соус молочный (сладкий) | 10 | 0,2 | 1 | 1,34 | 10,9 | 904 | 0,66 |
| | Чай ягодный | 180 | 0,09 | | 14,4 | 53,9 | 971 | 1,26 |
| Итого за Полдник | | 250 | 7,58 | 6 | 23,29 | 198,6 | | 17,98 |
| Итого за день | | 1 400 | 34,25 | 41 | 174,71 | 1257,3 | | 100,63 |

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 1

День: среда

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | Суп молочный с макаронными изделиями | 180 | 3,29 | 4 | 20 | 127,8 | 1 153 | 8,4 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 25 | 1,32 | 7 | 8,67 | 98,7 | 808 | 4,33 |
| | Чай с шиповником | 200 | | | 11,18 | 44,7 | 854,01 | 8,04 |
| Итого за Завтрак | | 405 | 4,61 | 11 | 39,85 | 271,2 | | 20,77 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 | 707 | 8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 | | 8 |
| Обед | | | | | | | | |
| | Кукуруза консервированная | 50 | 1,03 | 3 | 6,21 | 57,9 | 812 | 13,7 |
| | *Суп картофельный с крупой с мясом кур | 180 | 1,31 | 2 | 10,73 | 63,4 | 1 665 | 8,6 |
| | Котлета Домашняя* | 70 | 9,92 | 13 | 9,04 | 199,3 | 661,04 | 1,58 |
| | Соус молочный (для подачи к блюду) | 20 | 0,42 | 1 | 1,43 | 18,2 | 905 | 1,5 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 5,61 | 4 | 35,5 | 184,4 | 516 | 6,3 |
| | Напиток Ягодка | 180 | 0,11 | | 13,36 | 55 | 930 | 0,49 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| Итого за Обед | | 670 | 21,72 | 24 | 94,53 | 678,4 | | 34,49 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Печенье детское (конд изд) | 50 | 3,75 | 5 | 26,17 | 203,5 | 1 141 | 5,29 |
| | Кисель из ягод | 200 | 0,23 | | 28,89 | 118,1 | 916 | 1,96 |
| Итого за Полдник | | 250 | 3,98 | 5 | 55,06 | 321,6 | | 7,25 |
| Итого за день | | 1 425 | 30,31 | 40 | 200,64 | 1318,7 | | 70,51 |

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 1

День: четверг

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | | | | | | | | |
| | Омлет натуральный НУ | 165 | 16,6 | 21 | 3,05 | 264,3 | 972,06 | 22,43 |
| | Бутерброд с маслом и повидлом | 35 | 1,54 | 4 | 18,54 | 102,6 | 815 | 4,73 |
| | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | 828 | 1,39 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 18,14 | 25 | 36,56 | 426,8 | | 28,55 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| | Напиток яблочный* | 100 | 0,05 | | 13,2 | 53,8 | 701,01 | 2,19 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,05 | | 13,2 | 53,8 | | 2,19 |
| Обед | | | | | | | | |
| | Салат из свеклы отварной (ноябрь-декабрь) | 50 | 0,68 | 3 | 6,49 | 52,3 | 5,01 | 3,98 |
| | *Суп с вермишелью и мясом кур | 180 | 1,74 | 2 | 12,55 | 72,6 | 1 039,02 | 8,55 |
| | Пудинг рыбный (паровой) с маслом | 70 | 9,1 | 7 | 4,03 | 118,1 | 401 | 3,49 |
| | Пюре картофельное | 130 | 2,87 | 9 | 32,22 | 199,3 | 995 | 10,2 |
| | Компот из яблок и ягод | 180 | 0,28 | | 27,72 | 115,5 | 633,02 | 2,38 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| Итого за Обед | | 650 | 17,99 | 22 | 101,27 | 658 | | 30,92 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Бигус с мясным фаршем | 60 | 5,48 | 5 | 3,08 | 82,3 | 1 739 | 2,34 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| | Чай с лимоном | 180 | 0,08 | | 18,23 | 71,8 | 483 | 2,87 |
| Итого за Полдник | | 260 | 7,26 | 6 | 29,81 | 205,9 | | 6,37 |
| Итого за день | | 1 410 | 43,44 | 53 | 180,84 | 1344,5 | | 68,03 |

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 1

День: пятница

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|--|-----------|------------------|-------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | Каша гречневая молочная с маслом сливочным | 170 | 4,31 | 7 | 16,04 | 204 | 823 | 7,86 |
| | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 | 88,7 | 810 | 5,4 |
| | Чай ягодный | 200 | 0,1 | | 16 | 59,9 | 971 | 1,26 |
| | Итого за Завтрак | 400 | 8,6 | 10 | 42,33 | 352,6 | | 14,52 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| | Фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | 976,03 | 9,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | | 9,5 |
| Обед | Маринад овощной | 50 | 0,48 | 5 | 4,14 | 64 | 817 | 4,23 |
| | *Борщ с капустой, картофелем, сметаной и мясом кур | 180 | 2,73 | 5 | 12,49 | 106,2 | 1 021,05 | 9,96 |
| | Запеканка картофельная с мясом. | 180 | 14,3 | 20 | 26,2 | 362,9 | 1 100 | 31,29 |
| | Соус сметанный | 20 | 0,34 | 2 | 1,35 | 20,6 | 600 | 0,97 |
| | Напиток из плодов шиповника | 180 | 0,61 | | 23,07 | 108,6 | 705 | 4,05 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| | Итого за Обед | 650 | 21,78 | 33 | 85,51 | 762,5 | | 52,82 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Слойка промышленного производства в ассортименте | 60 | 4,11 | 12 | 25,69 | 221,4 | 1 059 | |
| | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | 828 | 1,39 |
| Итого за Полдник | 260 | 4,11 | 12 | 40,66 | 281,3 | | 1,39 | |
| Итого за день | 1 410 | 34,89 | 55 | 178,3 | 1443,4 | | 78,23 | |

(лист 6)

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 2

День: понедельник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|---|-----------|------------------|--------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | Каша рисовая молочная жидкая с маслом сливочным | 170 | 4,34 | 5 | 26,93 | 174,8 | 235,05 | 10,29 |
| | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 | 88,7 | 810 | 5,4 |
| | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | 828 | 1,39 |
| | Итого за Завтрак | 400 | 8,53 | 8 | 52,19 | 323,4 | | 17,08 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| | Фрукт (яблоко) | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | 976,03 | 9,5 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,4 | | 9,8 | 47 | | 9,5 |
| Обед | Икра овощная морковная | 50 | 0,46 | 3 | 3,05 | 39,8 | 814 | 5,03 |
| | Суп-лапша на курином бульоне с мясом кур | 180 | 4 | 4 | 11,34 | 113,8 | 1 015,04 | 6,01 |
| | Тефтели мясные с луком | 70 | 9,81 | 10 | 9,69 | 167,4 | 907 | 17,19 |
| | Каша гречневая вязкая. | 130 | 3,5 | 4 | 22,1 | 148,2 | 1 032 | 2,81 |
| | Компот из свежих яблок | 180 | 0,14 | | 21,49 | 89,2 | 912 | 3,39 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| | Итого за Обед | 650 | 21,23 | 22 | 85,93 | 658,6 | | 36,75 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Лапшевник с творогом | 70 | 6,48 | 6 | 13,44 | 132,4 | 226 | 12,08 |
| | Чай ягодный | 180 | 0,09 | | 14,4 | 53,9 | 971 | 1,26 |
| Итого за Полдник | 250 | 6,57 | 6 | 27,84 | 186,3 | | 13,34 | |
| Итого за день | 1 400 | 36,73 | 36 | 175,76 | 1215,3 | | 76,67 | |

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 2

День: вторник

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|--------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | Каша манная молочная с маслом сливочным жидкая | 165 | 6,2 | 6 | 33,91 | 217,2 | 853 | 9,97 |
| | Бутерброд с маслом и повидлом | 30 | 1,32 | 3 | 15,89 | 87,9 | 815 | 4,73 |
| | Чай с шиповником | 200 | | | 11,18 | 44,7 | 854,01 | 8,04 |
| Итого за Завтрак | | 395 | 7,52 | 9 | 60,98 | 349,8 | | 22,74 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 | 707 | 8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 | | 8 |
| Обед | | | | | | | | |
| | Салат из белокачанной капусты с кукурузой | 50 | 1,27 | 3 | 4,98 | 53,4 | 14 519 | 3,04 |
| | *Щи из свежей капусты с картофелем, сметаной и мясом кур | 180 | 1,49 | 4 | 7,28 | 75,9 | 124,06 | 7,88 |
| | Жаркое по-домашнему | 200 | 13,22 | 24 | 22,74 | 362,9 | 893,01 | 31,53 |
| | Компот из смеси сухофруктов | 180 | 0,41 | | 24,74 | 104,1 | 928 | 4,45 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| Итого за Обед | | 650 | 19,71 | 32 | 78 | 696,5 | | 49,22 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Печенье детское (конд изд) | 50 | 3,75 | 5 | 26,17 | 203,5 | 1 141 | 5,29 |
| | Кисломолочный напиток | 180 | 5,22 | 5 | 7,2 | 90,9 | 1 604 | 16,1 |
| Итого за Полдник | | 230 | 8,97 | 10 | 33,37 | 294,4 | | 21,39 |
| Итого за день | | 1 375 | 36,2 | 51 | 183,55 | 1388,2 | | 101,35 |

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 2

День: среда

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|---|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | Каша (пшено,рис) жидкая молочная с маслом сливочным | 170 | 7,81 | 9 | 36,49 | 230,3 | 848 | 10,91 |
| | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 | 88,7 | 810 | 5,4 |
| | Чай с лимоном* | 200 | 0,06 | | 15,16 | 59,9 | 686 | 2,54 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 12,06 | 12 | 61,94 | 378,9 | | 18,85 |
| Завтрак 2 | | | | | | | | |
| | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,34 | | 12,81 | 60,3 | 705 | 4,05 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,34 | | 12,81 | 60,3 | | 4,05 |
| Обед | | | | | | | | |
| | Горошек зеленый консервированный (ноябрь-декабрь) | 50 | 1,55 | | 3,25 | 20 | 811 | 9 |
| | Уха с крупой (перловой, пшенной) | 180 | 9,01 | 5 | 13,33 | 138,4 | 181 | 8,76 |
| | Запеканка картофельная с печенью* | 180 | 14,69 | 9 | 31,78 | 290,3 | 910 | 42,79 |
| | Соус сметанный | 20 | 0,34 | 2 | 1,35 | 20,6 | 600 | 0,97 |
| | Компот из яблок и ягод | 180 | 0,28 | | 27,72 | 115,5 | 633,02 | 2,38 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 20 | 1,7 | 1 | 8,5 | 51,8 | 1 147 | 1,16 |
| Итого за Обед | | 650 | 29,19 | 17 | 95,69 | 685 | | 66,22 |
| Полдник | | | | | | | | |
| | Слойка промышленного производства в ассортименте | 60 | 4,11 | 12 | 25,69 | 221,4 | 1 059 | |
| | Чай с сахаром* | 200 | | | 14,97 | 59,9 | 828 | 1,39 |
| Итого за Полдник | | 260 | 4,11 | 12 | 40,66 | 281,3 | | 1,39 |
| Итого за день | | 1 410 | 45,7 | 41 | 211,1 | 1405,5 | | 90,51 |

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 2

День: четверг

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|---------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | Каша пшеничная молочная с маслом сливочным | 170 | 8,18 | 7 | 27,23 | 202,3 | 851 | 7,56 |
| | Бутерброд с маслом сливочным | 30 | 1,58 | 8 | 10,41 | 118,5 | 808 | 4,33 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 2 | 20 | 88,1 | 854 | 4,68 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 11,12 | 17 | 57,64 | 408,9 | | 16,57 |
| Завтрак 2 | Напиток яблочный* | 100 | 0,05 | | 13,2 | 53,8 | 701,01 | 2,19 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | 0,05 | | 13,2 | 53,8 | | 2,19 |
| Обед | Салат из отварного картофеля, соленого огурца и горошка (ноябрь-декабрь) | 50 | 0,91 | 5 | 14,88 | 104 | 1 154,01 | 5,23 |
| | *Свекольник со сметаной и мясом кур | 180 | 2,07 | 2 | 17,03 | 98,4 | 1 033,01 | 12,8 |
| | Суфле Рыбка (минтай) | 70 | 8,27 | 9 | 7,17 | 139,2 | 1 197 | 5,9 |
| | Пюре картофельное | 130 | 2,87 | 9 | 32,22 | 199,3 | 995 | 10,2 |
| | Напиток Ягодка | 180 | 0,11 | | 13,36 | 55 | 930 | 0,49 |
| | Хлеб пшеничный. | 20 | 1,62 | | 9,76 | 48,4 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной | 20 | 1,7 | 1 | 11,7 | 51,8 | 1 148 | 1,16 |
| Итого за Обед | | 650 | 17,55 | 26 | 106,12 | 696,1 | | 36,94 |
| Полдник | **Сырники | 70 | 5,83 | 7 | 11,61 | 158,2 | 1 066,01 | 13,46 |
| | Соус ягодный | 20 | 0,01 | | 2,54 | 10,4 | 984 | 0,21 |
| | Кисель из ягод | 180 | 0,2 | | 26 | 106,2 | 916 | 1,96 |
| Итого за Полдник | | 270 | 6,04 | 7 | 40,15 | 274,8 | | 15,63 |
| Итого за день | | 1 420 | 34,76 | 50 | 217,11 | 1433,6 | | 71,33 |

(лист 10)

Рацион: Краснотурьинск ДОУ 3-7 л 178,33 руб

Неделя: 2

День: пятница

| Прием пищи | Наименование блюда | Вес блюда | Пищевые вещества | | | Энергетическая ценность | № рецептуры | Цена |
|-----------------------------------|--|-----------|------------------|------|----------|-------------------------|-------------|-------|
| | | | Белки | Жиры | Углеводы | | | |
| Завтрак | Каша овсяная Геркулес жидкая молочная с маслом сливочным | 170 | 5,72 | 7 | 24,47 | 188,2 | 850 | 11,64 |
| | Бутерброд с сыром | 30 | 4,19 | 3 | 10,29 | 88,7 | 810 | 5,4 |
| | Кофейный напиток с молоком | 200 | 3,84 | 4 | 14,38 | 152 | 1 110 | 5,26 |
| Итого за Завтрак | | 400 | 13,75 | 14 | 49,14 | 428,9 | | 22,3 |
| Завтрак 2 | Сок натуральный | 100 | | | 11,2 | 47,5 | 707 | 8 |
| Итого за Завтрак 2 | | 100 | | | 11,2 | 47,5 | | 8 |
| Обед | Салат Бурячок (ноябрь-декабрь) | 50 | 0,55 | 8 | 2,76 | 81,3 | 999 | 4,89 |
| | Суп картофельный с мясными фрикадельками* | 180 | 1,55 | 2 | 11,84 | 71,2 | 89 | 8,1 |
| | Суфле из птицы | 70 | 11,11 | 5 | 9,06 | 121,6 | 1 067 | 18,88 |
| | Макаронные изделия отварные с маслом | 130 | 5,61 | 4 | 35,5 | 184,4 | 516 | 6,3 |
| | Соус молочный (для подачи к блюду) | 20 | 0,42 | 1 | 1,43 | 18,2 | 905 | 1,5 |
| | Компот из ягод | 180 | 0,14 | | 17,15 | 70,6 | 917,02 | 1,13 |
| | Хлеб пшеничный. | 25 | 2,03 | | 12,2 | 60,5 | 894,01 | 1,16 |
| | Хлеб ржаной. | 25 | 2,13 | 1 | 10,63 | 64,8 | 1 147 | 1,16 |
| Итого за Обед | | 680 | 23,54 | 21 | 100,57 | 672,6 | | 43,12 |
| Полдник | Ватрушка с повидлом | 50 | 3,15 | 3 | 33,3 | 173,5 | 938 | 4,63 |
| | Чай с молоком | 200 | 1,36 | 2 | 20 | 88,1 | 854 | 4,68 |
| Итого за Полдник | | 250 | 4,51 | 5 | 53,3 | 261,6 | | 9,31 |
| Итого за день | | 1 430 | 41,8 | 40 | 214,21 | 1410,6 | | 82,73 |
| Итого за период | | 14 070 | 376,9 | 459 | 1959,33 | 13714,1 | | |
| Среднее значение за период | | 1 407 | 37,7 | 45,9 | 195,9 | 1371,4 | | |

Составил _____ Субботина Е

Утвердил _____

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 376304230083447847618637456882370283188412430423

Владелец Кочеткова Светлана Анатольевна

Действителен с 18.04.2024 по 18.04.2025