

МЕНЮ 3-7 лет холодный период

1 день 3-7 лет холодный период

Но-мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюдо)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
5/4	Каша манная молочная с маслом сливочным	155	4,11	1,82	3,94	0,25	22,84	142,09
30/10	Чай с молоком	200	2,92	2,84	3,16	0,02	14,44	95,20
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
-	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
Итого за 'Завтрак'		400	10,15	4,70	11,92	1,47	58,67	378,13
Второй завтрак								
-	Сок	100	0,50	0,00	0,10	0,00	10,30	43,24
Итого за 'Второй завтрак'		100	0,50	0,00	0,10	0,00	10,30	43,24
Обед								
34/1	Салат из отварной свеклы с морской капустой и растительным маслом	60	0,77	0,11	4,80	3,57	5,06	63,85
6/2	Щи из свежей капусты со сметаной	180	1,32	0,00	2,17	1,93	6,67	49,31
40/3	Каша гречневая рассыпчатая с овощами	130	7,46	0,05	5,92	2,01	39,56	230,47
20/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные со сметанным соусом	80	8,67	8,23	8,24	1,44	5,91	132,69
37/10	Напиток из шиповника	180	0,21	0,00	0,09	0,09	13,14	50,16
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Обед'		680	21,73	8,39	21,68	9,51	92,50	630,81
Уплотненный полдник								
18/5	Пудинг из творога с изюмом	100	14,35	14,16	10,50	2,13	20,76	233,39
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
-	Джем	5	0,03	0,00	0,00	0,00	3,63	13,89
-	Печенье	20	1,50	0,00	1,96	0,00	15,34	84,45
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
-	Фрукты	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
Итого за 'Уплотненный полдник'		430	23,14	19,38	18,92	2,83	68,96	533,70
Итого за день			55,53	32,48	52,62	13,80	230,43	1557,18

2 день 3-7 лет холодный период

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
15/4	Каша ячневая молочная с маслом сливочным	150	4,48	1,76	3,95	0,39	25,26	150,83
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,50	1,42	1,59	0,02	12,14	66,50
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
4/13	Сыр (порциями)	12	3,16	3,16	3,19	0,00	0,00	42,07
Итого за 'Завтрак'		407	12,25	6,38	13,55	1,61	58,78	400,24
Второй завтрак								
-	Кефир	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
Итого за 'Второй завтрак'		180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
Обед								
10/1	Салат из белокочанной капусты с яблоками и растительным маслом	60	0,70	0,00	3,62	3,62	5,90	56,75
3/2	Борщ с фасолью и сметаной	180	2,48	0,00	3,85	3,83	11,99	87,81
5/3	Картофельное пюре с морковью	130	2,44	0,47	3,07	0,33	15,97	98,79
31/8	Суфле из мяса говядины	80	18,22	18,02	14,42	0,02	2,62	213,00
10/10	Компот из кураги и изюма	180	0,65	0,00	0,03	0,03	20,91	79,37
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Обед'		680	27,78	18,49	25,45	8,31	79,54	640,04
Уплотненный полдник								
18/7	Тефтели рыбные в соусе	80	6,25	5,27	3,78	1,23	7,61	89,21
1/1	Горошек зеленый	25	0,76	0,00	0,05	0,05	2,79	12,24
29/10	Чай с лимоном (вариант 2)	180	0,11	0,00	0,02	0,02	4,56	18,48
-	Фрукты	100	1,50	0,00	0,50	0,50	22,70	95,50
-	мармелад	40	8,40	0,00	0,80	0,80	23,76	127,42
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Уплотненный полдник'		450	18,67	5,27	5,45	2,90	71,85	391,19
Итого за день			63,92	35,36	50,22	12,81	217,37	1536,41

3 день 3-7 лет холодный период

Но- мер ре- ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
Завтрак								
19/5	Пудинг из творога с морковью	150	18,05	17,49	13,87	3,15	24,51	293,82
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	2,84	3,21	0,07	9,50	77,79
-	Джем	5	0,03	0,00	0,00	0,00	3,63	13,89
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
-	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
Итого за 'Завтрак'		400	24,33	20,37	21,90	4,42	59,02	526,34
Второй завтрак								
-	Сок	250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Итого за 'Второй завтрак'		250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Обед								
49/1	Салат из отварного картофеля, моркови, свеклы с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	60	0,86	0,00	2,09	2,09	6,32	45,91
19/2	Суп картофельный с рыбой	180	9,57	0,00	9,37	0,37	14,22	177,91
11/3	Капуста тушеная	130	3,03	0,00	2,47	2,81	15,04	87,63
17/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины, запеченные с молочным соусом	80	8,93	8,52	7,85	1,45	6,59	132,84
18/10	Кисель из ягод	180	0,10	0,00	0,04	0,04	24,27	94,99
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Обед'		680	25,79	8,52	22,28	7,21	88,59	643,60
Уплотненный полдник								
6/12	Ватрушка со сметаной	60	5,29	1,06	7,74	5,10	29,51	208,29
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
-	Фрукты	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
Итого за 'Уплотненный полдник'		340	10,91	6,28	13,90	5,50	48,31	361,91
Итого за день			62,29	35,17	58,33	17,14	221,67	1639,96

4 день 3-7 лет холодный период

Но-мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. из них	всего	в т.ч. из них		
Завтрак								
5/5	Макаронник	150	7,82	3,21	7,98	0,54	35,61	244,17
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,50	1,42	1,59	0,02	12,14	66,50
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06
Итого за 'Завтрак'		405	15,06	7,30	17,05	1,76	69,14	486,57
Второй завтрак								
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
Итого за 'Второй завтрак'		180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
Обед								
6/1	Салат из белокочанной капусты с морковью и растительным маслом	60	0,92	0,00	3,58	3,58	5,59	55,62
21/2	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	180	4,27	3,02	10,04	8,62	12,79	157,03
22/3	Свекла, тушенная в сметанном соусе	130	2,11	0,01	2,19	0,14	14,00	77,11
5/9	Биточки (котлеты) из мяса кур	80	13,49	12,41	11,25	1,30	7,43	185,11
3/10	Компот из брусники	180	0,56	0,00	0,40	0,40	17,23	72,46
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Обед'		680	24,65	15,44	27,92	14,50	79,19	651,64
Уплотненный полдник								
1/3	Картофель отварной	70	1,35	0,01	1,54	0,27	11,14	63,23
51/1	Сельдь	20	3,33	3,33	1,67	0,00	0,00	28,32
27/10	Чай (вариант 2)	180	0,07	0,00	0,02	0,02	4,45	17,30
8/12	Сдоба обыкновенная	60	4,86	0,40	3,42	3,64	32,98	181,21
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Уплотненный полдник'		355	11,26	3,75	6,94	4,23	59,00	338,40
Итого за день			56,19	31,71	57,68	20,50	214,52	1581,55

5 день 3-7 лет холодный период

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
6/4	Каша овсяная молочная с маслом сливочным	155	5,97	2,23	7,07	1,88	26,48	190,48
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	2,84	3,21	0,07	9,50	77,79
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
-	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
Итого за 'Завтрак'		400	12,23	5,11	15,10	3,15	57,36	409,10
Второй завтрак								
-	Сок	250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Итого за 'Второй завтрак'		250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Обед								
17/1	Салат из моркови с яблоками и растительным маслом	60	0,61	0,00	2,04	2,04	7,02	45,97
28/2	Суп-пюре гороховый	180	4,93	0,01	1,77	0,49	16,42	96,58
56/8	Запеканка картофельная, фаршированная печенью с овощами	210	20,12	17,19	5,98	1,65	33,00	263,44
8/11	Соус красный с луком и огурцами	10	0,10	0,00	0,45	0,44	0,73	7,22
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	180	0,92	0,00	0,05	0,05	16,46	62,11
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
40/2	Гренки (сухарики)	45	3,86	0,00	0,43	0,49	23,05	113,40
Итого за 'Обед'		710	32,18	17,21	11,03	5,47	107,10	637,08
Уплотненный полдник								
2/6	Омлет запеченный или паровой	80	7,78	8,28	8,48	0,00	1,36	112,66
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
	Зефир	40	0,30	0,32	0,04	0,00	29,41	114,37
-	Фрукты	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Уплотненный полдник'		425	15,35	13,82	14,97	0,70	59,99	428,99
Итого за день			61,01	36,14	41,35	9,32	250,20	1583,27

6 день 3-7 лет холодный период

Но-мер ре-ц.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы-ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив	всего	в т.ч. раст		
	Завтрак							
19/4	Каша молочная ассорти (рис, гречневая крупа) с маслом сливочным	155	3,96	2,32	5,05	0,40	20,33	140,22
36/10	Какао с молоком	200	3,64	2,90	3,34	0,60	15,02	100,26
-	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
Итого за 'Завтрак'		400	10,72	5,26	13,22	2,20	56,73	381,32
Второй завтрак								
-	Сок	250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Итого за 'Второй завтрак'		250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Обед								
48/1	Салат из отварного картофеля, моркови с репчатым луком, соленым огурцом и растительным маслом	60	0,85	0,00	3,66	3,66	6,37	60,55
13/2	Суп картофельный вегетарианский со сметаной	180	1,16	0,00	1,53	1,20	9,01	53,25
-	Мясо говядины отварное	30	8,04	8,04	5,76	0,00	0,00	83,98
14/3	Капуста цветная отварная	150	3,85	0,00	5,23	5,23	8,57	90,17
42/8	Тефтели из мяса говядины	80	11,13	9,66	10,96	0,16	11,78	188,52
37/10	Напиток из шиповника	180	0,21	0,00	0,09	0,09	13,14	50,16
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
Итого за 'Обед'		730	28,54	17,69	27,70	10,82	71,02	630,96
Уплотненный полдник								
20/5	Суфле творожное	80	11,78	11,73	9,69	1,67	11,16	179,74
-	Джем	5	0,03	0,00	0,00	0,00	3,63	13,89
-	Печенье	40	3,00	0,00	3,92	0,00	30,68	168,90
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Уплотненный полдник'		330	21,67	16,95	19,67	1,97	63,09	515,82
Итого за день			62,18	39,91	60,84	14,99	216,59	1636,20

7 день 3-7 лет холодный период

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
17/4	Каша молочная ассорти (рис, пшено) с маслом сливочным	150	3,75	2,25	4,89	0,38	19,81	137,12
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,50	1,42	1,59	0,02	12,14	66,50
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
-	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
4/13	Сыр (порциями)	12	3,16	3,16	3,19	0,00	0,00	42,07
Итого за 'Завтрак'		407	11,52	6,87	14,49	1,60	53,34	386,53
Второй завтрак								
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
Итого за 'Второй завтрак'		180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
Обед								
18/1	Салат из моркови с изюмом и растительным маслом	60	0,78	0,00	3,57	3,57	12,76	81,59
20/2	Суп из овощей со сметаной	180	1,46	0,00	1,03	0,50	9,35	50,23
3/3	Картофельное пюре	130	2,70	0,47	3,18	0,44	19,13	114,91
21/8	Биточки (котлеты) из мяса говядины с капустой	80	11,22	10,82	13,93	6,50	5,54	190,95
6/10	Компот из смородины	180	0,11	0,00	0,04	0,04	10,74	41,86
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Обед'		680	19,56	11,29	22,20	11,51	79,68	633,86
Уплотненный полдник								
21/7	Суфле из рыбы	80	14,81	14,55	7,07	0,03	3,12	135,16
28/1	Салат из морской капусты с припущенной морковью, яйцом и растительным	40	0,89	0,66	4,58	2,36	2,76	54,74
7/12	Ватрушка с яблоками	60	4,18	0,93	5,16	5,11	29,21	178,25
29/10	Чай с лимоном	180	0,11	0,00	0,02	0,02	8,85	34,79
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Уплотненный полдник'		385	21,64	16,13	17,13	7,82	54,36	451,30
Итого за день			57,94	39,51	59,59	20,94	194,58	1526,63

8 день 3-7 лет холодный период

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив	всего	в т.ч. раст		
	Завтрак							
59/3	Запеканка морковная с творогом	150	13,91	10,44	13,44	8,15	34,57	310,66
	Джем	5	0,03	0,00	0,00	0,00	3,63	13,89
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	2,84	3,21	0,07	9,50	77,79
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
-	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
Итого за 'Завтрак'		400	20,19	13,32	21,47	9,42	69,08	543,18
Второй завтрак								
-	Сок	250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Итого за 'Второй завтрак'		250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Обед								
4/1	Салат из белокочанной капусты с луком и растительным маслом	60	0,95	0,00	3,58	3,58	5,53	55,53
2/2	Борщ со сметаной	180	1,54	0,00	3,78	3,76	9,16	73,86
46/3	Макаронные изделия отварные	130	4,59	0,03	2,58	0,57	29,56	159,41
7/11	Соус сметанный	10	0,12	0,00	0,73	0,01	0,44	8,84
52/8	Суфле из печени	80	15,41	15,22	4,86	0,02	2,62	115,67
3/10	Компот из клюквы (180 г)	180	0,56	0,00	0,40	0,40	17,23	72,46
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Обед'		690	26,46	15,25	16,39	8,80	86,69	630,08
Уплотненный полдник								
6/6	Омлет с картофелем (запеченный)	80	5,10	4,64	4,64	0,96	6,98	89,70
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
-	Фрукты	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
	Зефир	40	0,30	0,32	0,04	0,00	29,41	114,37
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Уплотненный полдник'		425	12,67	10,18	11,14	1,66	65,62	406,04
Итого за день			60,58	38,75	49,26	19,88	247,14	1647,40

9 день 3-7 лет холодный период

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
2/6	Омлет запеченный или паровой	130	12,65	13,46	13,78	0,00	2,20	183,07
37/1	кукуруза консервированная	25	0,60	0,00	0,13	0,13	3,75	18,32
31/10	Чай с молоком (вариант 2)	200	1,50	1,42	1,59	0,02	12,14	66,50
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
-	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
4/13	Сыр (порциями)	10	2,63	2,63	2,66	0,00	0,00	35,06
Итого за 'Завтрак'		410	20,50	17,55	22,97	1,34	39,48	443,78
Второй завтрак								
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте (витаминизированные)	180	5,22	5,22	5,76	0,00	8,46	105,41
Итого за 'Второй завтрак'		180	5,22	5,22	5,76	0,00	8,46	105,41
Обед								
39/1	Салат из отварной свеклы с черносливом и растительным маслом	60	0,87	0,00	0,68	0,68	11,06	49,41
22/2	Суп-лапша на курином бульоне	180	1,28	0,03	2,70	0,15	8,30	61,80
4/9	Плов из мяса кур	200	20,31	17,69	15,50	0,60	30,67	342,22
-	Кисель с витаминами Витошка	180	0,00	0,00	0,00	0,00	20,09	82,38
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Обед'		670	25,76	17,72	19,36	1,90	92,27	640,13
Уплотненный полдник								
2/7	Рыба отварная под маринадом	80	15,49	14,83	5,39	0,69	5,28	128,84
27/10	Чай (вариант 2)	180	0,07	0,00	0,02	0,02	4,45	17,30
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
-	Печенье	40	3,00	0,00	3,92	0,00	30,68	168,90
-	Фрукты	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
Итого за 'Уплотненный полдник'		425	20,61	14,83	10,03	1,41	62,44	412,06
Итого за день			72,09	55,32	58,12	4,65	202,65	1601,38

10 день 3-7 лет холодный период

Но- мер реп.	Прием пищи, наименование изделий (блюд)	Вы- ход, г	Белки, г		Жиры, г		Угле- воды, г	ЭЦ, ккал
			всего	в т.ч. жив.	всего	в т.ч. раст.		
	Завтрак							
16/4	Каша пшеничная молочная с маслом сливочным	155	5,06	1,82	4,62	1,02	25,22	161,54
32/10	Кофейный напиток с молоком (вариант 2)	200	3,14	2,84	3,21	0,07	9,50	77,79
-	Батон	40	3,08	0,00	1,20	1,20	21,32	107,81
-	Масло сливочное	5	0,04	0,04	3,63	0,00	0,07	33,03
Итого за 'Завтрак'		400	11,32	4,70	12,66	2,29	56,10	380,17
Второй завтрак								
-	Сок	250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Итого за 'Второй завтрак'		250	1,25	0,00	0,25	0,00	25,75	108,10
Обед								
5/1	Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и растительным маслом	60	0,98	0,00	1,06	1,06	6,00	35,24
11/2	Рассольник с крупой и сметаной	180	1,77	0,00	3,90	3,90	13,51	94,44
56/8	Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с	230	18,99	15,59	14,58	1,81	36,14	348,67
8/11	Соус красный с луком и огурцами	10	0,10	0,00	0,45	0,44	0,73	7,22
6/10	Компот из сухофруктов (вариант 2)	180	0,92	0,00	0,05	0,05	16,46	62,11
-	Хлеб пшеничный	25	1,65	0,00	0,16	0,16	11,73	55,98
-	Хлеб ржаной	25	1,65	0,00	0,30	0,30	10,43	48,35
Итого за 'Обед'		710	26,07	15,59	20,52	7,73	94,99	652,01
Уплотненный полдник								
-	Кисло-молочные продукты в ассортименте	180	5,22	5,22	5,76	0,00	7,20	104,94
37/12	Пирожки печеные из дрожжевого теста с повидлом (джемом)	60	3,60	0,93	3,02	2,05	37,36	186,65
-	Фрукты	100	0,40	0,00	0,40	0,40	11,60	48,68
Итого за 'Уплотненный полдник'		340	9,22	6,15	9,18	2,45	56,16	340,27
Итого за день			47,86	26,44	42,61	12,47	233,01	1480,55

ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 519259607574593999952456277565694459464737450417

Владелец Топанова Юлия Николаевна

Действителен с 26.05.2023 по 25.05.2024