

МЕНЮ
04 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ПШЕНИЧНАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,81	3,23	19,71	129,10
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	1,20	4,75	9,75	80,08
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	25	3,09	2,80	0,17	38,31
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	46,99
Итого		11,89	12,57	52,20	365,01
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,56	2,49	10,55	47,20
-БОРЩ С КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ, ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,22	4,55	15,99	115,45
-ПТИЦА ТУШЕНАЯ В СМЕТАННОМ СОУСЕ	80	9,89	6,44	4,84	167,67
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,33	5,83	28,57	137,06
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Итого		20,39	20,33	101,13	658,37
Полдник					
-САЛАТ ИЗ СОЛЕННЫХ ОГУРЦОВ С ЛУКОМ	50	1,36	3,76	4,80	40,13
-ГОЛУБЦЫ ЛЕНИВЫЕ С СОУСОМ СМЕТАННЫМ С ТОМАТОМ	200	8,81	8,05	25,31	255,08
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00
-БУЛОЧКА ТВОРОЖНАЯ	50	2,31	2,64	23,00	115,79
Итого		17,03	17,51	78,77	540,19
Всего		52,23	53,41	245,16	1 653,55

МЕНЮ
05 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,51	6,09	18,50	150,95
-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,98	1,54	9,24	59,53
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40
БАНАНЫ	100	0,90	0,20	8,09	42,89
Итого		11,38	11,90	53,01	360,77
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50
-СУП РЫБНЫЙ С КАРТОФЕЛЕМ И РИСОМ	200	3,27	2,00	19,16	132,10
-БИТОЧКИ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ГОВЯДИНЫ	70	10,14	9,11	12,92	153,97
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,29	7,80	18,00	136,45
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,32	0,31	14,84	71,39
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	200	0,32	0,13	10,08	45,04
Итого		21,37	20,42	95,84	637,15
Полдник					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	1,00	2,50	11,10	53,28
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА С АБРИКОСОВЫМ СОУСОМ	180/20	8,18	6,70	22,80	187,50
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,31	4,58	8,79	98,87
-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	50	2,39	3,05	22,90	130,33
Итого		19,13	17,70	81,01	548,58
Всего		54,36	53,02	242,90	1 636,53

МЕНЮ

06 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША МАННАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	5,60	6,04	22,46	157,48
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,53
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00
Итого		11,87	11,98	54,55	354,51
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,85	2,50	3,84	41,40
-СУП ГОРОХОВЫЙ С ГРЕНКАМИ	200/10	3,11	3,81	22,53	154,00
-ГУЛЯШ ИЗ ОТВАРНОГО МЯСА	70	9,95	9,46	10,72	154,00
-КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	130	2,02	3,72	24,64	136,76
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,78	27,09
Итого		19,84	20,58	94,53	642,84
Полдник					
-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50
-РЫБА, ЗАПЕЧЕННАЯ В ОМЛЕТЕ	75	10,35	7,47	10,01	130,40
КАБАЧКИ ИЛИ ТЫКВА, ТУШЕННЫЕ В СМЕТАНЕ	130	1,25	4,91	21,01	138,44
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
-КИСЕЛЬ МОЛОЧНЫЙ	200	2,79	3,86	11,70	101,21
ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20
Итого		17,62	17,54	79,48	543,94
Всего		52,25	53,10	241,62	1 631,27

МЕНЮ
07 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-ОМЛЕТ НАТУРАЛЬНЫЙ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	8,30	6,21	12,59	138,18
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40
МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,01
Итого		11,48	11,87	50,04	354,12
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50
-ЩИ ИЗ СВЕЖЕЙ КАПУСТЫ С КАРТОФЕЛЕМ СО СМЕТАНОЙ	200	3,64	3,27	10,18	139,55
-ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	80	10,46	7,47	20,96	150,28
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,65	8,53	23,32	158,90
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Итого		20,96	20,59	101,51	662,22
Полдник					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	160	6,03	7,27	28,57	218,74
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,10	4,27	23,26	147,84
Итого		17,02	18,08	80,66	544,91
Всего		51,94	53,54	245,25	1 651,28

МЕНЮ

11 мая (выходной) 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША "ДРУЖБА" ИЗ ПШЕНА И РИСА С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	4,46	6,14	17,07	149,33
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	15	1,13	0,44	7,71	39,30
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,53
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00
АПЕЛЬСИН	100	0,90	0,20	8,10	43,01
Итого		10,88	11,99	52,12	363,17
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО- ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ С СЫРОМ И ЧЕСНОКОМ	50	2,04	4,66	6,01	91,05
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСНЫМИ ФРИКАДЕЛЬКАМИ	200	4,07	4,20	16,39	125,01
-ЗАПЕКАНКА КАРТОФЕЛЬНАЯ С МЯСОМ	200/15	11,33	10,67	34,34	214,58
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,88	0,73	12,85	65,50
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36
Итого		21,75	20,79	95,95	631,49
Полдник					
-КОТЛЕТА РЫБНАЯ ЛЮБИТЕЛЬСКАЯ	80	7,77	5,36	10,47	122,55
-ОВОЩИ ТУШЕНЫЕ	150	2,04	5,28	24,10	140,59
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,31	4,58	8,79	98,87
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,15	2,03	24,42	124,12
Итого		18,26	17,51	80,50	547,32
Всего		53,81	53,29	241,63	1 631,96

МЕНЮ

12 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,52	2,37	19,74	117,97
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,80	5,75	9,75	103,08
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	46,99
Итого		11,59	12,15	52,20	369,22
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	1,01	2,80	3,59	22,51
-СУП-ЛАПША С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	5,68	5,05	15,51	138,84
-ФРИКАДЕЛЬКИ МЯСНЫЕ	70	8,05	5,78	10,48	129,40
-МОРКОВЬ, ТУШЕННАЯ С РИСОМ	130	1,25	5,88	18,21	126,40
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
-КИСЕЛЬ ИЗ СОКА НАТУРАЛЬНОГО	200	0,98	0,00	21,41	88,28
Итого		20,88	20,60	95,22	635,02
Полдник					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ И ЯБЛОК	50	0,56	2,49	10,55	47,20
-СУФЛЕ ИЗ ПЕЧЕНИ	80	9,33	5,06	8,30	144,01
-КАРТОФЕЛЬ ТУШЕНЫЙ	150	3,83	6,85	20,52	143,08
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
-КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ	200	0,00	0,00	6,78	27,09
ПЕЧЕНЬЕ ЗАТЯЖНОЕ-	30	1,31	2,85	20,37	121,35
Итого		17,02	17,51	79,24	543,92
Всего		52,41	53,26	239,72	1 638,14

МЕНЮ

13 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА СО СГУЩЕННЫМ МОЛОКОМ	180/20	9,68	7,62	14,46	156,93
-ЧАЙ С ЛИМОНОМ	190/10	0,23	0,01	10,26	43,70
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40
ГРУША	100	0,40	0,30	10,30	47,01
Итого		11,30	12,00	52,20	355,04
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ "СВЕКОЛКА" С КУРАГОЙ	50	1,00	4,78	13,16	42,21
-РАССОЛЬНИК ЛЕНИНГРАДСКИЙ С ГОВЯДИНОЙ И СМЕТАНОЙ	200	3,41	3,03	13,78	128,89
-РЫБА, ПРИПУЩЕННАЯ С СОУСОМ ПО-ПОЛЬСКИ	80	8,95	4,60	6,52	131,42
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ	150	2,90	6,87	24,48	152,80
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯГОД-	180	0,29	0,12	8,90	39,89
Итого		20,84	20,64	95,43	637,90
Полдник					
НАПИТОК ВИТАМИНИЗИРОВАННЫЙ	200	1,00	2,50	11,10	53,28
-ОМЛЕТ С СЫРОМ, С ЗЕЛЕНЫМ ГОРОШКОМ	140/20	6,59	7,57	23,41	226,70
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,25	0,87	15,42	78,60
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00
-ВАТРУШКА С ТВОРОГОМ	45	5,10	4,27	18,26	117,84
Итого		17,50	18,01	81,13	544,42
Всего		52,12	53,65	241,80	1 627,39

МЕНЮ

14 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ПШЕННАЯ С ТЫКВОЙ	150	5,28	6,21	23,56	165,64
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,50	0,58	10,28	52,40
-ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,14	0,00	9,00	36,53
-БУТЕРБРОД С СЫРОМ	35	4,25	5,21	10,24	95,00
Итого		11,17	12,00	53,08	349,57
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
САЛАТ ИЗ ЗЕЛЕННОГО ОТВАРНОГО ГОРОШКА	50	1,45	3,01	3,04	44,83
-СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С МЯСОМ ПТИЦЫ И ЗЕЛЕНЬЮ	200	3,16	4,19	16,21	119,69
-СУФЛЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	9,00	4,18	18,66	148,98
-РАГУ ОВОЩНОЕ (3 ВАРИАНТ)	130	2,29	7,80	18,00	136,45
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	25	1,66	0,22	10,60	50,99
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Итого		21,09	20,60	102,68	670,04
Полдник					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50
-МАКАРОННИК С МЯСОМ	200	9,10	10,59	31,71	267,47
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
МОЛОКО КИПЯЧЕНОЕ	180	5,31	4,58	8,79	98,87
-БУЛОЧКА МОЛОЧНАЯ	45	1,86	2,03	23,43	119,30
Итого		18,66	17,51	79,50	553,33
Всего		53,84	53,11	248,32	1 662,92

МЕНЮ

15 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША ОВСЯНАЯ "ГЕРКУЛЕС" ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	7,51	6,09	18,50	156,86
-КАКАО С МОЛОКОМ	200	1,98	1,54	9,24	59,53
-БУТЕРБРОД С ПОВИДЛОМ	35	0,99	4,07	17,18	107,40
МАНДАРИН	100	0,80	0,20	7,50	38,01
Итого		11,28	11,90	52,42	361,80
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ КЛУБНИЧНЫЙ	110	2,48	3,00	13,04	90,03
Итого		2,48	3,00	13,04	90,03
Обед					
-САЛАТ ИЗ СВЕКЛЫ	50	0,70	3,79	4,00	48,95
СВЕКОЛЬНИК (БОРЩ ЗЕЛЕНЫЙ) СО СМЕТАНОЙ	200	4,43	4,73	15,56	116,35
-ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ (2 ВАРИАНТ)	70	9,09	4,39	13,15	108,03
-ПЮРЕ КАРТОФЕЛЬНОЕ С МОРКОВЬЮ	150	2,01	6,26	20,32	147,71
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70
НАПИТОК ИЗ ШИПОВНИКА	200	0,77	0,31	15,76	84,36
Итого		20,95	20,68	95,26	637,89
Полдник					
-САЛАТ ИЗ СВЕЖИХ ПОМИДОРОВ И ОГУРЦОВ (НАРЕЗКА)	50	0,40	0,05	2,85	6,50
-ПУДИНГ РЫБНЫЙ (ПАРОВОЙ)	80	11,52	7,85	10,26	158,44
-КАРТОФЕЛЬ В МОЛОКЕ	150	2,44	8,59	26,64	181,87
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
НАПИТОК ЛИМОННЫЙ-	200	0,23	0,03	7,57	35,99
ВАФЛИ	30	0,84	0,99	23,19	106,20
Итого		16,75	17,69	78,99	529,79
Всего		51,46	53,27	239,71	1 619,51

МЕНЮ

16 мая 2026 г.

Сад 12 часов

Наименование блюда	Выход	Химический состав			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Завтрак					
-КАША РИСОВАЯ ЖИДКАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ	150	6,52	2,37	19,74	117,97
-КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ	200	1,39	1,39	12,77	70,53
БУТЕРБРОД С МАСЛОМ	25	0,80	5,75	9,75	103,08
ЯЙЦА ВАРЕННЫЕ	20	2,48	2,24	0,14	30,65
ЯБЛОКО СВЕЖЕЕ	100	0,40	0,40	9,80	46,99
Итого		11,59	12,15	52,20	369,22
II Завтрак					
ЙОГУРТ 3% В ИНДИВИДУАЛЬНОЙ УПАКОВКЕ ЯБЛОКО-ГРУША	110	2,92	3,00	13,06	89,98
Итого		2,92	3,00	13,06	89,98
Обед					
-ОГУРЦЫ КОНСЕРВИРОВАННЫЕ	50	0,40	0,05	0,85	6,50
-СУП ОВОЩНОЙ	200	2,25	3,27	15,18	119,55
-КОТЛЕТЫ РУБЛЕННЫЕ ИЗ ПТИЦЫ	75	9,36	7,10	8,50	135,00
КАПУСТА ЦВЕТНАЯ, ЗАПЕЧЕННАЯ В СОУСЕ	130	3,69	8,62	29,39	168,04
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,99	0,26	12,72	61,19
БАТОН НАРЕЗНОЙ ПШЕНИЧНЫЙ	35	2,63	1,02	17,99	91,70
СОК ФРУКТОВЫЙ	180	0,90	0,18	18,18	77,40
Итого		21,22	20,50	102,81	659,38
Полдник					
-САЛАТ ИЗ КВАШЕНОЙ КАПУСТЫ	50	0,80	2,55	4,64	31,50
-ПЕЧЕНЬ, ТУШЕННАЯ В СОУСЕ	80	8,33	5,44	9,87	152,01
-МАКАРОННЫЕ ИЗДЕЛИЯ ОТВАРНЫЕ	130	1,65	3,50	22,29	147,17
ХЛЕБ РЖАНО-ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,32	0,18	8,48	40,79
-ЧАЙ С МОЛОКОМ	200	2,56	2,80	12,94	68,00
-ВАТРУШКА С ПОВИДЛОМ	45	2,07	3,20	20,77	101,12
Итого		16,73	17,67	78,99	540,59
Всего		52,46	53,32	247,06	1 659,17