

**УТВЕРЖДАЮ**

Заведующий МБДОУ №2 с. Некрасовка

Е. А. Ломаева

«01» марта 2025 год



## **Перспективное меню**

### **На 10 дней**

Для организации питания детей в МБДОУ №2 с. Некрасовка  
Хабаровского муниципального района Хабаровского края

2025 год

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ МЕНЮ (некрасовка2 зима)**

| Тех. карта               | Наименование блюда                  | Общий 1-3 лет    |              |              |              |                         | Общий 3-7 лет    |              |              |               |                         |
|--------------------------|-------------------------------------|------------------|--------------|--------------|--------------|-------------------------|------------------|--------------|--------------|---------------|-------------------------|
|                          |                                     | Пищевые вещества |              |              |              |                         | Пищевые вещества |              |              |               |                         |
|                          |                                     | Вес блюда        | Белки        | Жиры         | Углеводы     | Энергетическая ценность | Вес блюда        | Белки        | Жиры         | Углеводы      | Энергетическая ценность |
| <b>1 день</b>            |                                     |                  |              |              |              |                         |                  |              |              |               |                         |
| <b>Завтрак</b>           |                                     |                  |              |              |              |                         |                  |              |              |               |                         |
| PK05-268.                | Омлет натуральный                   | 80               | 7,17         | 12,39        | 1,81         | 147,40                  | 120              | 10,75        | 18,58        | 2,72          | 221,10                  |
| №393                     | Чай с лимоном и сахаром             | 150              | 0,14         | 0,03         | 8,36         | 34,22                   | 180              | 0,16         | 0,03         | 10,03         | 41,06                   |
| №395                     | Батон нарезной                      | 20               | 1,50         | 0,58         | 10,28        | 52,40                   | 30               | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60                   |
| №53-19з-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)      | 4                | 0,02         | 3,30         | 0,03         | 29,91                   | 5                | 0,03         | 4,13         | 0,04          | 37,38                   |
| №75                      | Сыр полутвердый (порциями)          | 6                | 1,46         | 1,77         | 0,00         | 21,84                   | 10               | 2,44         | 2,95         | 0,00          | 36,40                   |
| <b>Итого за Завтрак:</b> |                                     | <b>260</b>       | <b>10,29</b> | <b>18,06</b> | <b>20,48</b> | <b>285,77</b>           | <b>345</b>       | <b>15,63</b> | <b>26,56</b> | <b>28,21</b>  | <b>414,55</b>           |
| <b>Обед</b>              |                                     |                  |              |              |              |                         |                  |              |              |               |                         |
| №28                      | Салат из моркови с зеленым горошком | 35               | 0,64         | 3,02         | 2,05         | 37,98                   | 60               | 1,10         | 5,18         | 3,51          | 65,11                   |
| №65                      | Свекольник                          | 180              | 1,92         | 5,45         | 13,59        | 110,93                  | 200              | 2,14         | 6,06         | 15,10         | 123,25                  |
| №54-11м-2020             | Плов из говядины                    | 120              | 9,76         | 10,05        | 25,41        | 231,15                  | 150              | 12,20        | 12,56        | 31,77         | 288,93                  |
| №398                     | Напиток из плодов шиповника         | 180              | 0,61         | 0,25         | 18,49        | 78,69                   | 200              | 0,68         | 0,28         | 20,55         | 87,44                   |
| №13                      | Хлеб пшеничный                      | 28               | 2,21         | 0,28         | 13,52        | 65,46                   | 34               | 2,69         | 0,34         | 16,42         | 79,49                   |
| №12                      | Хлеб ржаной                         | 32               | 1,79         | 0,38         | 13,12        | 63,04                   | 40               | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80                   |
| <b>Итого за Обед:</b>    |                                     | <b>575</b>       | <b>16,95</b> | <b>19,44</b> | <b>86,19</b> | <b>587,25</b>           | <b>684</b>       | <b>21,05</b> | <b>24,90</b> | <b>103,75</b> | <b>723,03</b>           |
| <b>Полдник</b>           |                                     |                  |              |              |              |                         |                  |              |              |               |                         |
| №453/503                 | Пирожок с картофелем и луком        | 40               | 3,48         | 2,94         | 24,18        | 136,95                  | 55               | 4,78         | 4,14         | 33,30         | 189,00                  |
| №17                      | Яблоки (целиком)                    | 100              | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 44,40                   | 120              | 0,48         | 0,48         | 11,76         | 53,28                   |

|                                 |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|---------------------------------|--|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| №392/2                          | Чай с сахаром                                  | 150        | 0,08         | 0,02         | 3,69          | 15,23          | 180        | 0,09         | 0,02         | 4,43          | 18,27          |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |  | <b>290</b> | <b>3,96</b>  | <b>3,36</b>  | <b>37,67</b>  | <b>196,58</b>  | <b>355</b> | <b>5,35</b>  | <b>4,64</b>  | <b>49,49</b>  | <b>260,56</b>  |
| <b>Ужин</b>                     |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| PK56-25з                        | Салат картофельный с зелёным горошком          |            |              |              |               |                | 80         | 1,45         | 4,25         | 7,57          | 74,42          |
| №1                              | Вафли (готовое изделие)                        |            |              |              |               |                | 30         | 2,37         | 4,23         | 9,87          | 87,30          |
| №392/2                          | Чай с сахаром                                  |            |              |              |               |                | 150        | 0,08         | 0,02         | 3,69          | 15,23          |
| <b>Итого за Ужин:</b>           |  |            |              |              |               |                | <b>260</b> | <b>3,89</b>  | <b>8,50</b>  | <b>21,13</b>  | <b>176,95</b>  |
| <b>Итого за день:</b>           |  |            | <b>31,19</b> | <b>40,86</b> | <b>144,35</b> | <b>1069,60</b> |            | <b>45,93</b> | <b>64,60</b> | <b>202,58</b> | <b>1575,08</b> |
| <b>2 день</b>                   |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>                  |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №139.                           | Суп молочный с вермишелью                      | 150        | 3,52         | 5,35         | 14,99         | 122,22         | 180        | 4,23         | 6,43         | 17,99         | 146,67         |
| №414                            | Кофейный напиток с молоком                     | 150        | 2,80         | 2,97         | 12,02         | 85,89          | 180        | 3,36         | 3,57         | 14,42         | 103,07         |
| №395                            | Батон нарезной                                 | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40          | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60          |
| №53-19з-2020.                   | Масло сливочное 82,5% (порции)                 | 3          | 0,01         | 2,47         | 0,02          | 22,43          | 5          | 0,03         | 4,13         | 0,04          | 37,38          |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |  | <b>323</b> | <b>7,84</b>  | <b>11,38</b> | <b>37,31</b>  | <b>282,95</b>  | <b>395</b> | <b>9,86</b>  | <b>14,99</b> | <b>47,87</b>  | <b>365,72</b>  |
| <b>Завтрак второй</b>           |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №14                             | Сок из фруктов и (или) овощей                  | 200        | 0,20         | 0,00         | 23,20         | 95,40          | 200        | 0,20         | 0,00         | 23,20         | 95,40          |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |  | <b>200</b> | <b>0,20</b>  | <b>0,00</b>  | <b>23,20</b>  | <b>95,40</b>   | <b>200</b> | <b>0,20</b>  | <b>0,00</b>  | <b>23,20</b>  | <b>95,40</b>   |
| <b>Обед</b>                     |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №116                            | Гренки из пшеничного хлеба                     | 20         | 1,90         | 4,24         | 11,59         | 91,76          | 20         | 1,90         | 4,24         | 11,59         | 91,76          |
| PK527-218                       | Соус молочный для запекания овощей, мяса, рыбы | 20         | 0,51         | 1,73         | 1,80          | 24,78          | 20         | 0,51         | 1,73         | 1,80          | 24,78          |
| №34                             | Салат из свеклы с чесноком                     | 40         | 0,59         | 2,47         | 3,23          | 37,36          | 60         | 0,88         | 3,71         | 4,84          | 56,03          |

|                          |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|--------------------------|---|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| PK527-36г                | Суп картофельный с бобовыми                 | 180        | 8,56         | 6,70         | 14,09         | 150,94         | 200        | 9,51         | 7,45         | 15,66         | 167,71         |
| №321/1                   | Картофельное пюре                           | 120        | 2,91         | 4,64         | 19,65         | 131,97         | 150        | 3,64         | 5,80         | 24,56         | 164,96         |
| №135                     | Котлеты рыбные любительские                 | 60         | 8,05         | 3,14         | 3,88          | 75,61          | 80         | 10,74        | 4,19         | 5,17          | 100,82         |
| №372/2                   | Компот из свежих плодов                     | 180        | 0,14         | 0,14         | 13,45         | 55,69          | 200        | 0,16         | 0,16         | 14,94         | 61,88          |
| №12                      | Хлеб ржаной                                 | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12         | 63,04          | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80          |
| <b>Итого за Обед:</b>    |   | <b>652</b> | <b>24,46</b> | <b>23,45</b> | <b>80,80</b>  | <b>631,15</b>  | <b>770</b> | <b>29,58</b> | <b>27,75</b> | <b>94,95</b>  | <b>746,74</b>  |
| <b>Полдник</b>           |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №592                     | Гребешок из теста                           | 40         | 2,70         | 2,10         | 22,97         | 120,55         | 50         | 3,38         | 2,63         | 28,71         | 150,69         |
| PK05-469.                | Молоко кипячёное                            | 150        | 4,50         | 5,25         | 7,20          | 94,05          | 180        | 5,40         | 6,30         | 8,64          | 112,86         |
| <b>Итого за Полдник:</b> |   | <b>190</b> | <b>7,20</b>  | <b>7,35</b>  | <b>30,17</b>  | <b>214,60</b>  | <b>230</b> | <b>8,78</b>  | <b>8,93</b>  | <b>37,35</b>  | <b>263,55</b>  |
| <b>Ужин</b>              |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №19                      | Салат из свеклы и моркови                   |            |              |              |               |                | 50         | 0,68         | 5,07         | 3,72          | 63,13          |
| №313                     | Каша гречневая рассыпчатая                  |            |              |              |               |                | 80         | 4,65         | 3,24         | 21,03         | 131,94         |
| №398                     | Напиток из плодов шиповника                 |            |              |              |               |                | 100        | 0,34         | 0,14         | 10,27         | 43,72          |
| <b>Итого за Ужин:</b>    |   |            |              |              |               |                | <b>230</b> | <b>5,67</b>  | <b>8,46</b>  | <b>35,03</b>  | <b>238,79</b>  |
| <b>Итого за день:</b>    |   |            | <b>39,69</b> | <b>42,19</b> | <b>171,48</b> | <b>1224,10</b> |            | <b>54,09</b> | <b>60,13</b> | <b>238,40</b> | <b>1710,21</b> |
| <b>3 день</b>            |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>           |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №94                      | Суп молочный с овсяными хлопьями «Геркулес» | 130        | 3,70         | 4,61         | 10,27         | 97,37          | 180        | 5,13         | 6,39         | 14,22         | 134,82         |
| №397                     | Какао с молоком                             | 150        | 2,65         | 2,88         | 11,94         | 84,24          | 180        | 3,19         | 3,45         | 14,32         | 101,09         |
| №395                     | Батон нарезной                              | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40          | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60          |
| №53-19з-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)              | 3          | 0,01         | 2,47         | 0,02          | 22,43          | 5          | 0,03         | 4,13         | 0,04          | 37,38          |

|                                 |  |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
|---------------------------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| №75                             | Сыр полутвердый (порциями)               | 6          | 1,46         | 1,77         | 0,00         | 21,84         | 10         | 2,44         | 2,95         | 0,00         | 36,40         |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |  | <b>309</b> | <b>9,33</b>  | <b>12,31</b> | <b>32,51</b> | <b>278,28</b> | <b>405</b> | <b>13,03</b> | <b>17,78</b> | <b>44,00</b> | <b>388,30</b> |
| <b>Завтрак второй</b>           |  |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
| №17                             | Яблоки (целиком)                         | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 44,40         | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80         | 44,40         |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |  | <b>100</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>  | <b>44,40</b>  | <b>100</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>  | <b>44,40</b>  |
| <b>Обед</b>                     |  |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
| №54-2з-2020                     | Огурец в нарезке                         | 30         | 0,24         | 0,03         | 0,75         | 4,23          | 50         | 0,40         | 0,05         | 1,25         | 7,05          |
| №80п                            | Суп картофельный с крупой и курицей      | 150        | 4,36         | 4,11         | 12,27        | 103,50        | 180        | 5,23         | 4,93         | 14,72        | 124,20        |
| №54-10м-2020.                   | Капуста тушёная с мясом                  | 120        | 14,05        | 15,13        | 9,04         | 228,63        | 150        | 17,57        | 18,91        | 11,30        | 285,79        |
| №376                            | Компот из смеси сухофруктов              | 150        | 0,34         | 0,00         | 17,02        | 69,42         | 180        | 0,41         | 0,00         | 20,42        | 83,30         |
| №13                             | Хлеб пшеничный                           | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52        | 65,46         | 34         | 2,69         | 0,34         | 16,42        | 79,49         |
| №12                             | Хлеб ржаной                              | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12        | 63,04         | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40        | 78,80         |
| <b>Итого за Обед:</b>           |  | <b>510</b> | <b>23,00</b> | <b>19,93</b> | <b>65,72</b> | <b>534,28</b> | <b>634</b> | <b>28,54</b> | <b>24,71</b> | <b>80,51</b> | <b>658,63</b> |
| <b>Полдник</b>                  |  |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
| №231                            | Сырники                                  | 100        | 21,59        | 11,59        | 13,94        | 236,33        | 120        | 25,91        | 13,91        | 16,73        | 283,60        |
| №1                              | Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) | 20         | 1,44         | 1,70         | 11,10        | 65,46         | 20         | 1,44         | 1,70         | 11,10        | 65,46         |
| РК05-470                        | Кисломолочный продукт (варенец)          | 150        | 4,35         | 3,75         | 6,15         | 75,75         | 160        | 4,64         | 4,00         | 6,56         | 80,80         |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |  | <b>270</b> | <b>27,38</b> | <b>17,04</b> | <b>31,19</b> | <b>377,54</b> | <b>300</b> | <b>31,99</b> | <b>19,61</b> | <b>34,39</b> | <b>429,86</b> |
| <b>Ужин</b>                     |  |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
| №45                             | Винегрет                                 |            |              |              |              |               | 40         | 0,57         | 2,72         | 3,40         | 40,33         |
| №12                             | Хлеб ржаной                              |            |              |              |              |               | 26         | 1,46         | 0,31         | 10,66        | 51,22         |
| №1                              | Печенье                                  |            |              |              |              |               | 20         | 0,86         | 1,62         | 13,22        | 70,80         |
| №393                            | Чай с лимоном и сахаром                  |            |              |              |              |               | 150        | 0,14         | 0,03         | 8,36         | 34,22         |

|                                 |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|---------------------------------|---|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Итого за Ужин:</b>           |   |            |              |              |               |                | <b>236</b> | <b>3,02</b>  | <b>4,68</b>  | <b>35,64</b>  | <b>196,57</b>  |
| <b>Итого за день:</b>           |   |            | <b>60,11</b> | <b>49,68</b> | <b>139,22</b> | <b>1234,50</b> |            | <b>76,98</b> | <b>67,19</b> | <b>204,34</b> | <b>1717,75</b> |
| <b>4 день</b>                   |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>                  |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №155                            | Каша "Дружба" молочная жидкая (пшено, рис)          | 145        | 5,12         | 6,44         | 26,07         | 182,60         | 180        | 6,35         | 7,99         | 32,36         | 226,67         |
| №393                            | Чай с лимоном и сахаром                             | 150        | 0,14         | 0,03         | 8,36          | 34,22          | 180        | 0,16         | 0,03         | 10,03         | 41,06          |
| №2                              | Батон с маслом и повидлом                           | 45         | 2,31         | 4,50         | 21,96         | 137,65         | 55         | 2,83         | 5,49         | 26,84         | 168,23         |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |   | <b>340</b> | <b>7,57</b>  | <b>10,97</b> | <b>56,39</b>  | <b>354,47</b>  | <b>415</b> | <b>9,34</b>  | <b>13,52</b> | <b>69,23</b>  | <b>435,96</b>  |
| <b>Завтрак второй</b>           |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №14                             | Сок из фруктов и (или) овощей                       | 200        | 0,20         | 0,00         | 23,20         | 95,40          | 200        | 0,20         | 0,00         | 23,20         | 95,40          |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |   | <b>200</b> | <b>0,20</b>  | <b>0,00</b>  | <b>23,20</b>  | <b>95,40</b>   | <b>200</b> | <b>0,20</b>  | <b>0,00</b>  | <b>23,20</b>  | <b>95,40</b>   |
| <b>Обед</b>                     |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| PK522-54-9з                     | Салат из белокочанной капусты с морковью и яблоками | 30         | 0,41         | 3,06         | 1,84          | 36,54          | 50         | 0,69         | 5,10         | 3,06          | 60,90          |
| №710.                           | Суп "Кудрявый" с мясом и сметаной                   | 150        | 6,86         | 5,49         | 11,16         | 120,84         | 180        | 8,23         | 6,59         | 13,39         | 145,01         |
| PK522-54-4г                     | Каша гречневая рассыпчатая                          | 90         | 5,23         | 3,65         | 23,67         | 148,44         | 110        | 6,39         | 4,46         | 28,92         | 181,42         |
| №311                            | Биточки паровые                                     | 60         | 9,51         | 9,27         | 6,06          | 145,74         | 80         | 12,68        | 12,36        | 8,09          | 194,32         |
| №348                            | Соус томатный                                       | 25         | 0,33         | 0,40         | 1,89          | 12,56          | 30         | 0,40         | 0,48         | 2,27          | 15,07          |
| №237                            | Компот из апельсинов с грушами                      | 150        | 0,36         | 0,13         | 19,45         | 80,38          | 180        | 0,43         | 0,16         | 23,67         | 99,99          |
| №13                             | Хлеб пшеничный                                      | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52         | 65,46          | 34         | 2,69         | 0,34         | 16,42         | 79,49          |
| №12                             | Хлеб ржаной   | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12         | 63,04          | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80          |
| <b>Итого за Обед:</b>           |   | <b>565</b> | <b>26,71</b> | <b>22,66</b> | <b>90,71</b>  | <b>672,99</b>  | <b>704</b> | <b>33,74</b> | <b>29,97</b> | <b>112,22</b> | <b>854,99</b>  |
| <b>Полдник</b>                  |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |

|                                 |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|---------------------------------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| №469                            | Булочка Домашняя                  | 40         | 2,99         | 2,99         | 21,31         | 123,97         | 60         | 4,49         | 4,48         | 31,97         | 185,95         |
| №401                            | Кефир                             | 200        | 5,80         | 6,00         | 8,00          | 97,20          | 200        | 5,80         | 6,00         | 8,00          | 97,20          |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |                                   | <b>240</b> | <b>8,79</b>  | <b>8,99</b>  | <b>29,31</b>  | <b>221,17</b>  | <b>260</b> | <b>10,29</b> | <b>10,48</b> | <b>39,97</b>  | <b>283,15</b>  |
| <b>Ужин</b>                     |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №321/1                          | Картофельное пюре                 |            |              |              |               |                | 80         | 1,94         | 3,09         | 13,10         | 87,98          |
| №9                              | Салат из квашеной капусты с луком |            |              |              |               |                | 30         | 0,43         | 1,83         | 1,51          | 24,22          |
| №1                              | Вафли (готовое изделие)           |            |              |              |               |                | 20         | 1,58         | 2,82         | 6,58          | 58,20          |
| №392/3                          | Чай с сахаром                     |            |              |              |               |                | 180        | 0,09         | 0,02         | 4,43          | 18,27          |
| <b>Итого за Ужин:</b>           |                                   |            |              |              |               |                | <b>310</b> | <b>4,04</b>  | <b>7,76</b>  | <b>25,62</b>  | <b>188,67</b>  |
| <b>Итого за день:</b>           |                                   |            | <b>43,26</b> | <b>42,61</b> | <b>199,61</b> | <b>1344,03</b> |            | <b>57,62</b> | <b>61,73</b> | <b>270,24</b> | <b>1858,18</b> |
| <b>5 день</b>                   |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>                  |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| PK522-54-1з                     | Сыр полутвердый (порциями)        | 6          | 1,46         | 1,77         | 0,00          | 21,84          | 8          | 1,95         | 2,36         | 0,00          | 29,12          |
| PK510-94                        | Суп молочный с манной крупой      | 150        | 4,09         | 4,85         | 12,58         | 110,34         | 180        | 4,90         | 5,82         | 15,10         | 132,41         |
| №394                            | Чай с молоком и сахаром           | 150        | 2,33         | 2,65         | 7,70          | 63,95          | 170        | 2,64         | 3,00         | 8,73          | 72,47          |
| №395                            | Батон нарезной                    | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40          | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60          |
| №53-19з-2020.                   | Масло сливочное 82,5% (порции)    | 4          | 0,02         | 3,30         | 0,03          | 29,91          | 5          | 0,03         | 4,13         | 0,04          | 37,38          |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |                                   | <b>330</b> | <b>9,40</b>  | <b>13,15</b> | <b>30,59</b>  | <b>278,43</b>  | <b>393</b> | <b>11,77</b> | <b>16,18</b> | <b>39,28</b>  | <b>349,98</b>  |
| <b>Завтрак второй</b>           |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №368                            | Груши                             | 100        | 0,40         | 0,30         | 10,30         | 45,50          | 100        | 0,40         | 0,30         | 10,30         | 45,50          |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |                                   | <b>100</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,30</b>  | <b>10,30</b>  | <b>45,50</b>   | <b>100</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,30</b>  | <b>10,30</b>  | <b>45,50</b>   |
| <b>Обед</b>                     |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |

|                          |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|--------------------------|--|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| №18                      | Суфле из печени                          | 60         | 10,60        | 5,06         | 6,06          | 112,17         | 90         | 15,91        | 7,59         | 9,09          | 168,25         |
| №19                      | Салат из свеклы и моркови                | 30         | 0,41         | 3,04         | 2,23          | 37,88          | 50         | 0,68         | 5,07         | 3,72          | 63,13          |
| №71                      | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 150        | 4,60         | 4,62         | 11,05         | 103,41         | 180        | 5,53         | 5,54         | 13,27         | 124,09         |
| PK05-377.                | Картофельное пюре                        | 120        | 2,91         | 4,64         | 19,65         | 131,97         | 140        | 3,40         | 5,41         | 22,92         | 153,96         |
| №378                     | Кисель из ягод                           | 150        | 0,15         | 0,07         | 13,04         | 54,85          | 180        | 0,18         | 0,09         | 15,64         | 65,82          |
| №13                      | Хлеб пшеничный                           | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52         | 65,46          | 34         | 2,69         | 0,34         | 16,42         | 79,49          |
| №12                      | Хлеб ржаной                              | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12         | 63,04          | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80          |
| <b>Итого за Обед:</b>    |  | <b>570</b> | <b>22,68</b> | <b>18,09</b> | <b>78,67</b>  | <b>568,78</b>  | <b>714</b> | <b>30,62</b> | <b>24,51</b> | <b>97,47</b>  | <b>733,54</b>  |
| <b>Полдник</b>           |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №238                     | Запеканка из творога с морковью          | 60         | 7,68         | 5,73         | 13,11         | 131,48         | 80         | 10,24        | 7,64         | 17,48         | 175,30         |
| №1                       | Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) | 20         | 1,44         | 1,70         | 11,10         | 65,46          | 20         | 1,44         | 1,70         | 11,10         | 65,46          |
| PK05-469.                | Молоко кипячёное                         | 130        | 3,90         | 4,55         | 6,24          | 81,51          | 150        | 4,50         | 5,25         | 7,20          | 94,05          |
| <b>Итого за Полдник:</b> |  | <b>210</b> | <b>13,02</b> | <b>11,98</b> | <b>30,45</b>  | <b>278,45</b>  | <b>250</b> | <b>16,18</b> | <b>14,59</b> | <b>35,78</b>  | <b>334,81</b>  |
| <b>Ужин</b>              |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №205                     | Макаронные изделия отварные с маслом     |            |              |              |               |                | 80         | 2,98         | 2,50         | 19,03         | 110,54         |
| №54-2з-2020              | Огурец в нарезке                         |            |              |              |               |                | 40         | 0,32         | 0,04         | 1,00          | 5,64           |
| №414                     | Кофейный напиток с молоком               |            |              |              |               |                | 150        | 2,80         | 2,97         | 12,02         | 85,89          |
| <b>Итого за Ужин:</b>    |  |            |              |              |               |                | <b>270</b> | <b>6,10</b>  | <b>5,51</b>  | <b>32,05</b>  | <b>202,07</b>  |
| <b>Итого за день:</b>    |  |            | <b>45,50</b> | <b>43,52</b> | <b>150,02</b> | <b>1171,16</b> |            | <b>65,07</b> | <b>61,09</b> | <b>214,88</b> | <b>1665,91</b> |
| <b>6 день</b>            |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>           |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №94                      | Суп молочный с рисовой крупой            | 140        | 3,54         | 4,53         | 12,00         | 102,89         | 180        | 4,55         | 5,82         | 15,43         | 132,29         |

|                          |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|--------------------------|---|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| №414                     | Кофейный напиток с молоком                    | 150        | 2,80         | 2,97         | 12,02         | 85,89          | 180        | 3,36         | 3,57         | 14,42         | 103,07         |
| №395                     | Батон нарезной                                | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40          | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60          |
| №53-19з-2020.            | Масло сливочное 82,5% (порции)                | 3          | 0,01         | 2,47         | 0,02          | 22,43          | 5          | 0,03         | 4,13         | 0,04          | 37,38          |
| <b>Итого за Завтрак:</b> |   | <b>313</b> | <b>7,85</b>  | <b>10,56</b> | <b>34,32</b>  | <b>263,62</b>  | <b>395</b> | <b>10,18</b> | <b>14,39</b> | <b>45,31</b>  | <b>351,35</b>  |
| <b>Обед</b>              |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №462                     | Салат "Степной"                               | 30         | 0,43         | 2,31         | 2,23          | 31,63          | 50         | 0,71         | 3,86         | 3,71          | 52,72          |
| PK510-87.                | Суп картофельный с рисом и рыбными консервами | 150        | 5,97         | 5,24         | 10,21         | 111,85         | 180        | 7,16         | 6,28         | 12,25         | 134,22         |
| №336                     | Капуста тушёная                               | 120        | 3,07         | 4,62         | 9,39          | 91,61          | 140        | 3,58         | 5,39         | 10,96         | 106,88         |
| PK05-369                 | Суфле куриное с рисом                         | 60         | 8,91         | 11,07        | 2,85          | 146,71         | 80         | 11,88        | 14,76        | 3,8           | 195,62         |
| №486.                    | Компот из апельсинов с грушами                | 150        | 0,36         | 0,13         | 19,45         | 80,38          | 180        | 0,43         | 0,16         | 23,67         | 99,99          |
| №13                      | Хлеб пшеничный                                | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52         | 65,46          | 34         | 2,69         | 0,34         | 16,42         | 79,49          |
| №12                      | Хлеб ржаной                                   | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12         | 63,04          | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80          |
| <b>Итого за Обед:</b>    |   | <b>570</b> | <b>22,74</b> | <b>24,03</b> | <b>70,77</b>  | <b>590,68</b>  | <b>704</b> | <b>28,69</b> | <b>31,27</b> | <b>87,21</b>  | <b>747,72</b>  |
| <b>Полдник</b>           |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №1                       | Пряники                                       | 40         | 3,00         | 2,00         | 27,20         | 138,80         | 60         | 4,50         | 3,00         | 40,80         | 208,20         |
| №385                     | Яблоки печёные                                | 80         | 0,32         | 0,32         | 22,64         | 94,76          | 100        | 0,41         | 0,41         | 28,30         | 118,46         |
| №393                     | Чай с лимоном и сахаром                       | 150        | 0,14         | 0,03         | 8,36          | 34,22          | 180        | 0,16         | 0,03         | 10,03         | 41,06          |
| <b>Итого за Полдник:</b> |   | <b>270</b> | <b>3,46</b>  | <b>2,35</b>  | <b>58,20</b>  | <b>267,78</b>  | <b>340</b> | <b>5,07</b>  | <b>3,44</b>  | <b>79,13</b>  | <b>367,72</b>  |
| <b>Ужин</b>              |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №1                       | Вафли (готовое изделие)                       |            |              |              |               |                | 50         | 3,95         | 7,05         | 16,45         | 145,50         |
| PK05-469.                | Молоко кипячёное                              |            |              |              |               |                | 180        | 5,40         | 6,30         | 8,64          | 112,86         |
| <b>Итого за Ужин:</b>    |   |            |              |              |               |                | <b>230</b> | <b>9,35</b>  | <b>13,35</b> | <b>25,09</b>  | <b>258,36</b>  |
| <b>Итого за день:</b>    |   |            | <b>34,05</b> | <b>36,93</b> | <b>163,29</b> | <b>1122,07</b> |            | <b>53,3</b>  | <b>62,45</b> | <b>236,74</b> | <b>1725,14</b> |
|                          |   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |

| 10 день                         |                                   |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
|---------------------------------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|
| <b>Завтрак</b>                  |                                   |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
| №195<br>манка                   | Запеканка из творога              | 80         | 12,10        | 7,12         | 13,87        | 162,61        | 100        | 15,12        | 8,90         | 17,34        | 203,26        |
| №351                            | Соус молочный сладкий             | 15         | 0,23         | 0,75         | 2,07         | 15,96         | 20         | 0,31         | 1,00         | 2,76         | 21,28         |
| №394                            | Чай с молоком и сахаром           | 150        | 2,33         | 2,65         | 7,70         | 63,95         | 180        | 2,80         | 3,18         | 9,24         | 76,74         |
| №395                            | Батон нарезной                    | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28        | 52,40         | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42        | 78,60         |
| №53-19з-<br>2020.               | Масло сливочное 82,5% (порции)    | 3          | 0,01         | 2,47         | 0,02         | 22,43         | 5          | 0,03         | 4,13         | 0,04         | 37,38         |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |                                   | <b>268</b> | <b>16,17</b> | <b>13,57</b> | <b>33,95</b> | <b>317,34</b> | <b>335</b> | <b>20,50</b> | <b>18,07</b> | <b>44,80</b> | <b>417,26</b> |
| <b>Завтрак второй</b>           |                                   |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
| №14                             | Сок из фруктов и (или) овощей     | 200        | 0,20         | 0,00         | 23,20        | 95,40         | 200        | 0,20         | 0,00         | 23,20        | 95,40         |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |                                   | <b>200</b> | <b>0,20</b>  | <b>0,00</b>  | <b>23,20</b> | <b>95,40</b>  | <b>200</b> | <b>0,20</b>  | <b>0,00</b>  | <b>23,20</b> | <b>95,40</b>  |
| <b>Обед</b>                     |                                   |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
| №8                              | Сельдь (порционная)               | 30         | 5,10         | 2,55         | 0,00         | 43,50         | 50         | 8,50         | 4,25         | 0,00         | 72,50         |
| PK501-67                        | Щи из свежей капусты с картофелем | 150        | 3,36         | 5,40         | 5,88         | 85,61         | 180        | 4,03         | 6,48         | 7,05         | 102,73        |
| №276                            | Жаркое по-домашнему               | 120        | 16,34        | 16,34        | 14,44        | 270,31        | 140        | 19,06        | 19,06        | 16,85        | 315,36        |
| PK522-<br>54-1хн                | Компот из смеси сухофруктов       | 150        | 0,34         | 0,00         | 17,02        | 69,42         | 180        | 0,41         | 0,00         | 20,42        | 83,30         |
| №13                             | Хлеб пшеничный                    | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52        | 65,46         | 34         | 2,69         | 0,34         | 16,42        | 79,49         |
| №12                             | Хлеб ржаной                       | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12        | 63,04         | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40        | 78,80         |
| <b>Итого за Обед:</b>           |                                   | <b>510</b> | <b>29,15</b> | <b>24,95</b> | <b>63,98</b> | <b>597,33</b> | <b>624</b> | <b>36,93</b> | <b>30,61</b> | <b>77,15</b> | <b>732,18</b> |
| <b>Полдник</b>                  |                                   |            |              |              |              |               |            |              |              |              |               |
| PK521-<br>277                   | Булочка "Веснушка"                | 40         | 3,16         | 2,39         | 23,24        | 127,00        | 60         | 4,74         | 3,59         | 34,85        | 190,51        |
| PK05-470                        | Кисломолочный продукт (снежок)    | 150        | 4,35         | 3,75         | 6,30         | 76,05         | 180        | 5,22         | 4,50         | 7,56         | 91,26         |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |                                   | <b>190</b> | <b>7,51</b>  | <b>6,14</b>  | <b>29,54</b> | <b>203,05</b> | <b>240</b> | <b>9,96</b>  | <b>8,09</b>  | <b>42,41</b> | <b>281,77</b> |

|                                 |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |  |
|---------------------------------|-----------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|--|
|                                 |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |  |
| <b>Ужин</b>                     |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |  |
| PK05-268.                       | Омлет натуральный                 |            |              |              |               |                | 80         | 7,17         | 12,39        | 1,81          | 147,40         |  |
| №398                            | Напиток из плодов шиповника       |            |              |              |               |                | 150        | 0,51         | 0,21         | 15,41         | 65,58          |  |
| <b>Итого за Ужин:</b>           |                                   |            |              |              |               |                | <b>230</b> | <b>7,68</b>  | <b>12,60</b> | <b>17,22</b>  | <b>212,98</b>  |  |
| <b>Итого за день:</b>           |                                   |            | <b>53,03</b> | <b>44,67</b> | <b>150,67</b> | <b>1213,13</b> |            | <b>75,27</b> | <b>69,37</b> | <b>204,79</b> | <b>1739,58</b> |  |
|                                 |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |  |
| <b>9 день</b>                   |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |  |
| <b>Завтрак</b>                  |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |  |
| №94                             | Суп молочный с гречневой крупой   | 150        | 4,67         | 5,16         | 13,05         | 117,29         | 180        | 5,60         | 6,19         | 15,66         | 140,75         |  |
| №397                            | Какао с молоком                   | 150        | 2,65         | 2,88         | 11,94         | 84,24          | 180        | 3,19         | 3,45         | 14,32         | 101,09         |  |
| №395                            | Батон нарезной                    | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40          | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60          |  |
| №53-19з-2020.                   | Масло сливочное 82,5% (порции)    | 3          | 0,01         | 2,47         | 0,02          | 22,43          | 5          | 0,03         | 4,13         | 0,04          | 37,38          |  |
| №75                             | Сыр полутвердый (порциями)        | 6          | 1,46         | 1,77         | 0,00          | 21,84          | 10         | 2,44         | 2,95         | 0,00          | 36,40          |  |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |                                   | <b>329</b> | <b>10,30</b> | <b>12,86</b> | <b>35,29</b>  | <b>298,21</b>  | <b>405</b> | <b>13,50</b> | <b>17,59</b> | <b>45,44</b>  | <b>394,23</b>  |  |
| <b>Завтрак второй</b>           |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |  |
| №17                             | Яблоки (целиком)                  | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 44,40          | 100        | 0,40         | 0,40         | 9,80          | 44,40          |  |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |                                   | <b>100</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>   | <b>44,40</b>   | <b>100</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,40</b>  | <b>9,80</b>   | <b>44,40</b>   |  |
| <b>Обед</b>                     |                                   |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |  |
| №9                              | Салат из квашеной капусты с луком | 30         | 0,43         | 1,83         | 1,51          | 24,22          | 50         | 0,72         | 3,05         | 2,52          | 40,36          |  |
| №76к                            | Рассольник "Ленинградский"        | 150        | 4,12         | 5,99         | 10,18         | 111,13         | 180        | 4,94         | 7,19         | 12,22         | 133,36         |  |
| №316                            | Рис припущенный                   | 90         | 2,26         | 2,58         | 23,80         | 127,46         | 110        | 2,77         | 3,15         | 29,08         | 155,78         |  |
| PK521-261                       | Рыба тушёная в томате с овощами   | 80         | 8,41         | 0,49         | 1,66          | 44,91          | 95         | 9,99         | 0,58         | 1,98          | 53,33          |  |
| №398                            | Напиток из плодов шиповника       | 150        | 0,51         | 0,21         | 15,41         | 65,58          | 180        | 0,61         | 0,25         | 18,49         | 78,69          |  |

|                                 |                                |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|---------------------------------|--------------------------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| №13                             | Хлеб пшеничный                 | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52         | 65,46          | 34         | 2,69         | 0,34         | 16,42         | 79,49          |
| №12                             | Хлеб ржаной                    | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12         | 63,04          | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80          |
| <b>Итого за Обед:</b>           |                                | <b>560</b> | <b>19,74</b> | <b>11,76</b> | <b>79,21</b>  | <b>501,80</b>  | <b>689</b> | <b>23,96</b> | <b>15,04</b> | <b>97,11</b>  | <b>619,82</b>  |
| <b>Полдник</b>                  |                                |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №1                              | Вафли (готовое изделие)        | 40         | 3,16         | 5,64         | 13,16         | 116,40         | 50         | 3,95         | 7,05         | 16,45         | 145,50         |
| PK05-469.                       | Молоко кипячёное               | 150        | 4,50         | 5,25         | 7,20          | 94,05          | 180        | 5,40         | 6,30         | 8,64          | 112,86         |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |                                | <b>190</b> | <b>7,66</b>  | <b>10,89</b> | <b>20,36</b>  | <b>210,45</b>  | <b>230</b> | <b>9,35</b>  | <b>13,35</b> | <b>25,09</b>  | <b>258,36</b>  |
| <b>Ужин</b>                     |                                |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №321/1                          | Картофельное пюре              |            |              |              |               |                | 100        | 2,43         | 3,87         | 16,37         | 109,97         |
| №21                             | Салат "Витаминный"             |            |              |              |               |                | 40         | 0,62         | 2,52         | 3,58          | 39,48          |
| №392/3                          | Чай с сахаром                  |            |              |              |               |                | 150        | 0,08         | 0,02         | 3,69          | 15,23          |
| <b>Итого за Ужин:</b>           |                                |            |              |              |               |                | <b>290</b> | <b>3,12</b>  | <b>6,40</b>  | <b>23,64</b>  | <b>164,68</b>  |
| <b>Итого за день:</b>           |                                |            | <b>38,11</b> | <b>35,91</b> | <b>144,66</b> | <b>1054,86</b> |            | <b>50,34</b> | <b>52,78</b> | <b>201,08</b> | <b>1481,49</b> |
|                                 |                                |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>7 день</b>                   |                                |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>                  |                                |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| PK05-275.                       | Омлет с сыром с маслом         | 100        | 12,79        | 18,94        | 1,95          | 229,61         | 120        | 15,35        | 22,73        | 2,34          | 275,53         |
| №393                            | Чай с лимоном и сахаром        | 150        | 0,14         | 0,03         | 8,36          | 34,22          | 180        | 0,16         | 0,03         | 10,03         | 41,06          |
| №395                            | Батон нарезной                 | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28         | 52,40          | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60          |
| №53-19з-2020.                   | Масло сливочное 82,5% (порции) | 5          | 0,03         | 4,13         | 0,04          | 37,38          | 5          | 0,03         | 4,13         | 0,04          | 37,38          |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |                                | <b>275</b> | <b>14,45</b> | <b>23,67</b> | <b>20,63</b>  | <b>353,61</b>  | <b>335</b> | <b>17,79</b> | <b>27,76</b> | <b>27,83</b>  | <b>432,58</b>  |
| <b>Завтрак второй</b>           |                                |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №14                             | Сок из фруктов и (или) овощей  | 200        | 0,20         | 0,00         | 23,20         | 95,40          | 200        | 0,20         | 0,00         | 23,20         | 95,40          |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |                                | <b>200</b> | <b>0,20</b>  | <b>0,00</b>  | <b>23,20</b>  | <b>95,40</b>   | <b>200</b> | <b>0,20</b>  | <b>0,00</b>  | <b>23,20</b>  | <b>95,40</b>   |

|                          |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|--------------------------|--|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
|                          |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Обед</b>              |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №45                      | Винегрет                                 | 40         | 0,57         | 2,72         | 3,40          | 40,33          | 60         | 0,86         | 4,08         | 5,10          | 60,49          |
| №38                      | Суп картофельный с макаронными изделиями | 180        | 2,13         | 3,04         | 15,10         | 96,26          | 200        | 2,37         | 3,37         | 16,78         | 106,96         |
| №298                     | Голубцы ленивые с говядиной              | 120        | 10,22        | 10,34        | 8,64          | 168,48         | 150        | 12,78        | 12,92        | 10,80         | 210,60         |
| №638                     | Компот из кураги                         | 170        | 1,63         | 0,09         | 32,81         | 138,61         | 200        | 1,92         | 0,11         | 38,60         | 163,07         |
| №13                      | Хлеб пшеничный                           | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52         | 65,46          | 34         | 2,69         | 0,34         | 16,42         | 79,49          |
| №12                      | Хлеб ржаной                              | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12         | 63,04          | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80          |
| <b>Итого за Обед:</b>    |  | <b>570</b> | <b>18,57</b> | <b>16,85</b> | <b>86,59</b>  | <b>572,19</b>  | <b>684</b> | <b>22,86</b> | <b>21,30</b> | <b>104,10</b> | <b>699,42</b>  |
| <b>Полдник</b>           |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №273                     | Булочка Ванильная                        | 40         | 3,30         | 3,39         | 23,63         | 138,15         | 60         | 4,96         | 5,09         | 35,45         | 207,23         |
| PK05-470                 | Кисломолочный продукт (варенец)          | 180        | 5,22         | 4,50         | 7,38          | 90,90          | 200        | 5,80         | 5,00         | 8,20          | 101,00         |
| <b>Итого за Полдник:</b> |  | <b>220</b> | <b>8,52</b>  | <b>7,89</b>  | <b>31,01</b>  | <b>229,05</b>  | <b>260</b> | <b>10,76</b> | <b>10,09</b> | <b>43,65</b>  | <b>308,23</b>  |
| <b>Ужин</b>              |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| №9                       | Салат из квашеной капусты с луком        |            |              |              |               |                | 40         | 0,57         | 2,44         | 2,01          | 32,29          |
| №316                     | Рис припущенный                          |            |              |              |               |                | 100        | 2,52         | 2,87         | 26,44         | 141,62         |
| №393                     | Чай с лимоном и сахаром                  |            |              |              |               |                | 150        | 0,14         | 0,03         | 8,36          | 34,22          |
| <b>Итого за Ужин:</b>    |  |            |              |              |               |                | <b>290</b> | <b>3,23</b>  | <b>5,33</b>  | <b>36,81</b>  | <b>208,13</b>  |
| <b>Итого за день:</b>    |  |            | <b>41,74</b> | <b>48,41</b> | <b>161,43</b> | <b>1250,58</b> |            | <b>54,82</b> | <b>64,48</b> | <b>235,59</b> | <b>1743,75</b> |
| <b>8 день</b>            |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Завтрак</b>           |  |            |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| PK510-94/1               | Суп молочный с пшеном                    | 130        | 3,82         | 4,62         | 11,41         | 102,51         | 170        | 5,00         | 6,04         | 14,93         | 134,05         |
| №414                     | Кофейный напиток с молоком               | 150        | 2,80         | 2,97         | 12,02         | 85,89          | 180        | 3,36         | 3,57         | 14,42         | 103,07         |

|                                 |  |            |              |              |              |               |            |              |              |               |               |
|---------------------------------|--|------------|--------------|--------------|--------------|---------------|------------|--------------|--------------|---------------|---------------|
| №395                            | Батон нарезной                           | 20         | 1,50         | 0,58         | 10,28        | 52,40         | 30         | 2,25         | 0,87         | 15,42         | 78,60         |
| №53-19з-2020.                   | Масло сливочное 82,5% (порции)           | 4          | 0,02         | 3,30         | 0,03         | 29,91         | 6          | 0,03         | 4,95         | 0,05          | 44,86         |
| №75                             | Сыр полутвердый (порциями)               | 6          | 1,46         | 1,77         | 0,00         | 21,84         | 10         | 2,44         | 2,95         | 0,00          | 36,40         |
| <b>Итого за Завтрак:</b>        |  | <b>310</b> | <b>9,61</b>  | <b>13,24</b> | <b>33,74</b> | <b>292,55</b> | <b>396</b> | <b>13,08</b> | <b>18,38</b> | <b>44,81</b>  | <b>396,99</b> |
| <b>Завтрак второй</b>           |  |            |              |              |              |               |            |              |              |               |               |
| №368                            | Груши                                    | 100        | 0,40         | 0,30         | 10,30        | 45,50         | 100        | 0,40         | 0,30         | 10,30         | 45,50         |
| <b>Итого за Завтрак второй:</b> |  | <b>100</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,30</b>  | <b>10,30</b> | <b>45,50</b>  | <b>100</b> | <b>0,40</b>  | <b>0,30</b>  | <b>10,30</b>  | <b>45,50</b>  |
| <b>Обед</b>                     |  |            |              |              |              |               |            |              |              |               |               |
| №667                            | Помидор в нарезке                        | 15         | 0,17         | 0,00         | 0,57         | 2,64          | 20         | 0,22         | 0,00         | 0,76          | 3,52          |
| №62/2                           | Борщ с мясом                             | 150        | 6,18         | 7,55         | 9,4          | 130,25        | 180        | 7,42         | 9,05         | 11,29         | 156,29        |
| №879/3.                         | Макаронник с печенью                     | 150        | 14,81        | 11,40        | 34,83        | 300,39        | 170        | 16,78        | 12,92        | 39,47         | 340,44        |
| №491                            | Компот из замороженных ягод              | 150        | 0,12         | 0,06         | 6,27         | 27,33         | 180        | 0,14         | 0,07         | 7,52          | 32,80         |
| №13                             | Хлеб пшеничный                           | 28         | 2,21         | 0,28         | 13,52        | 65,46         | 34         | 2,69         | 0,34         | 16,42         | 79,49         |
| №12                             | Хлеб ржаной                              | 32         | 1,79         | 0,38         | 13,12        | 63,04         | 40         | 2,24         | 0,48         | 16,40         | 78,80         |
| <b>Итого за Обед:</b>           |  | <b>517</b> | <b>25,26</b> | <b>19,67</b> | <b>83,43</b> | <b>613,42</b> | <b>614</b> | <b>29,49</b> | <b>22,86</b> | <b>101,16</b> | <b>728,61</b> |
| <b>Полдник</b>                  |  |            |              |              |              |               |            |              |              |               |               |
| №1                              | Молоко сгущенное жирностью 8,5% (порции) | 15         | 1,08         | 1,27         | 8,32         | 49,20         | 20         | 1,44         | 1,70         | 11,10         | 65,46         |
| №127                            | Котлеты морковные                        | 100        | 4,14         | 9,23         | 19,69        | 179,11        | 120        | 5,10         | 11,82        | 23,62         | 214,94        |
| №392/3                          | Чай с сахаром                            | 150        | 0,08         | 0,02         | 3,69         | 15,23         | 180        | 0,09         | 0,02         | 4,43          | 18,27         |
| <b>Итого за Полдник:</b>        |  | <b>265</b> | <b>5,29</b>  | <b>10,52</b> | <b>31,70</b> | <b>243,54</b> | <b>320</b> | <b>6,63</b>  | <b>13,54</b> | <b>39,14</b>  | <b>298,68</b> |
| <b>Ужин</b>                     |  |            |              |              |              |               |            |              |              |               |               |
| №336                            | Капуста тушёная                          |            |              |              |              |               | 150        | 3,84         | 5,78         | 11,74         | 114,51        |
| №12                             | Хлеб ржаной                              |            |              |              |              |               | 15         | 0,84         | 0,18         | 6,15          | 29,55         |
| №392/3                          | Чай с сахаром                            |            |              |              |              |               | 150        | 0,08         | 0,02         | 3,69          | 15,23         |

|                                  |  |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
|----------------------------------|--|--------------|--------------|---------------|----------------|------------|--------------|--------------|---------------|----------------|
| <b>Итого за Ужин:</b>            |  |              |              |               |                | <b>315</b> | <b>4,75</b>  | <b>5,98</b>  | <b>21,58</b>  | <b>159,29</b>  |
| <b>Итого за день:</b>            |  | <b>40,56</b> | <b>43,93</b> | <b>152,95</b> | <b>1170,43</b> |            | <b>46,93</b> | <b>52,01</b> | <b>196,42</b> | <b>1435,50</b> |
|                                  |  |              |              |               |                |            |              |              |               |                |
| <b>Среднее значение за день:</b> |  | <b>42,87</b> | <b>43,06</b> | <b>157,81</b> | <b>1187,86</b> |            | <b>58,33</b> | <b>61,95</b> | <b>220,60</b> | <b>1670,15</b> |