Муниципальное дошкольное образовательное учреждение

«Детский сад № 146»

***Утверждаю:***

Заведующий МДОУ «Детский сад № 146»

\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ Т.А. Матвеева

Приказ № \_\_\_\_\_\_\_ от\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_.

**ПЕРСПЕКТИВНОЕ**

**МЕНЮ**

2025 г.

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 1 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша гречневая с маслом, сахаром. | 145 | 8,86 | 5,98 | 44,7 | 268 |  | №330 |
| Чай сладкий. | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 | 2,83 | №326 |
| Печенье | 50.0 | 2,7 | 8 | 33,5 | 231,5 |  |  |
| **Итого за завтрак:** |  |  | **11,68** | **14** | **88,40** | **540,50** | **2,83** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Фрукты. Яблоко. | 100.0 | 0.4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |  |
| Обед | Суп-пюре гороховый с мясом кур. | 250 | 5,77 | 5,3 | 26,56 | 136,7 | 5,81 | №60  №87 |
| Голубцы ленивые с мясом. | 200 | 13.5 | 16.9 | 11.6 | 253.0 | 2.5 | №16 |
| Компот из сухофруктов. | 200 | 1.04 | 0 | 26.96 | 107.44 | 0.8 | №394 |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| **Итого за обед**: |  |  | **24,86** | **23,65** | **85,37** | **698,64** | **9,53** |  |
| ПОЛДНИК | Каша молочная пшенная с маслом. | 200 | 6.76 | 10.42 | 25.86 | 224.94 | 1.35 | №199 |
| Какао на молоке. | 200 | 4,07 | 3,54 | 17,58 | 118,9 | 1,59 | №416 |
|  | Хлеб пшеничный с сыром. | 40/25 | 11.63 | 24.74 | 26.76 | 381.17 | 0.53 | №3 |
| **Итого за полдник** |  |  | **22,46** | **38,7** | **70,2** | **725,01** | **3,47** |  |
| **Итого за целый день** |  |  | **59,4** | **76,75** | **253,77** | **2011,15** | **25,83** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 2 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная с маслом | 200 | 6.04 | 9.96 | 31,32 | 239.34 | 0,09 | №199 |
| Кофейный напиток. | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 | 101,11 | 1,3 | №414 |
| Хлеб пшеничный с маслом. | 40/9 | 2,45 | 8,25 | 25, | 136 |  | №1 |
| Итого за завтрак: |  |  | **12,98** | **22,34** | **72,47** | **476,5** | **1,39** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Салат из свеклы.  Сок | 60  50 | 0,85  0,1 | 3,65  0,08 | 5,02  3 | 56,34  12 | 5,7  3,5 | №34 |
| Обед | Щи из свежей капусты с мясом кур, сметаной | 250 | 2,02 | 4,92 | 8,72 | 91,75 | 18,47 | №60  №73 |
| Картофельное пюре. | 150 | 7,56 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | 18,16 | №339 |
| Котлета рыбная | 70 | 10,09 | 3,26 | 6,79 | 97 | 0,24 | №202 |
| Компот из апельсинов. | 200 | 0.44 | 0.1 | 344 | 138.6 | 12.9 | №392 |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого за обед: |  |  | **24,66** | **14,53** | **400,2** | **666,1** | **50,19** |  |
| ПОЛДНИК | Запеканка творожная со сметаной. | 140 | 20.4 | 13.4 | 14.8 | 271.9 | 0.4 | №61 |
| Чай с молоком. | 200 | 2,96 | 2,6 | 15,9 | 98,88 | 1,3 | №413 |
| Итого за полдник |  |  | **23,36** | **16** | **30,7** | **370,78** | **1,7** |  |
| Итого за целый день |  |  | **61,85** | **56,52** | **508,39** | **1569,72** | **58,98** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 3 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная молочная с маслом. | 200 | 12.4 | 16.05 | 62.18 | 444.04 | 0.04 | №199 |
| Какао на молоке. | 200 | 4,07 | 3,54 | 17,58 | 118,9 | 1,59 | №416 |
| Хлеб пшеничный с маслом. | 40/9 | 2,45 | 8,25 | 25, | 136 |  | №1 |
| Итого за завтрак: |  |  | **20,24** | **29,29** | **104,95** | **698,99** | **1,63** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК  Овощи прошлого урожая  До 01.03. | Салат из капусты, моркови с растительным маслом  Яблоко | 60  50 | 0,84  0,2 | 3,05  0,2 | 5,41  4,9 | 52,44  29 | 19,47  5 | №21 |
| После 01.03 | Яблоко | 100 | 0.4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |  |
| Обед | Суп рассольник Ленинградский с мясом, сметаной | 250 | 2,27 | 5,14 | 17,17 | 125,75 | 7,54 | №59  №82 |
| Тефтели мясные. | 70 | 15.62 | 13.5 | 6.09 | 211.23 | 1.2 | №37 |
| Рожки отварные с маслом. | 140 | 5,68 | 4,36 | 37,25 | 171 |  | №335 |
| Компот из сухофруктов. | 200 | 1.04 | 0 | 26.96 | 107.44 | 0.8 | №394 |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого за обед: |  |  | **29,16** | **24,45** | **107,72** | **816,92** | **9,96** |  |
| ПОЛДНИК | Оладьи со сгущенным молоком. | 150 | 11,21 | 13,92 | 65,75 | 433,4 | 0,45 | №432 |
| Чай сладкий. | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 | 2,83 | №326 |
| Итого за полдник |  |  | **11,33** | **13,94** | **75,95** | **474,4** | **3,28** |  |
| Итого за целый день |  |  | **61,57** | **70,73** | **294,03** | **2042,75** | **33,89** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 4 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Вермишель молочная с маслом. | 200 | 7,19 | 6,52 | 23,55 | 281,5 | 1,14 | №100 |
| Кофейный напиток на молоке . | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 | 101,11 | 1,3 | №414 |
| Хлеб пшеничный с маслом. | 40/9 | 2,45 | 8,25 | 25, | 136 |  | №1 |
| Итогозавтрак: |  |  | **14,13** | **18,9** | **64,7** | **518,66** | **2,44** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Фрукты.Банан. | 100.0 | 1,5 | 0.5 | 21 | 96 | 10 |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Салат из свежих овощей с растительным маслом. | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 10,06 | №15 |
| Обед | Борщ из свежей капусты с мясом кур, сметаной. | 250 | 2,1 | 4,94 | 12,98 | 156,5 | 10,29 | №60  №63 |
| Плов с мясом кур. | 200 | 21,47 | 19,69 | 35,69 | 406 | 1,01 | №321 |
| Компот из изюма. | 200 | 0.23 |  | 24.6 | 100.5 | 0.2 | №127 |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого за обед |  |  | **28,35** | **29,77** | **95,76** | **909,02** | **21,98** |  |
| ПОЛДНИК | Омлет натуральный. | 140 | 11.8 | 13.6 | 4.8 | 187.4 | 0.27 | №75 |
| Чай сладкий. | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 | 2,83 | №326 |
|  | Вафля( пряник ) | 50.0 | 2,8 | 2,5 | 38,15 | 181 |  |  |
| Итого за полдник |  |  | **14,72** | **16,12** | **53,15** | **409,4** | **3,1** |  |
| Итого за целый день |  |  | **59,29** | **65,29** | **234,61** | **1933,08** | **37,52** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 5 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша геркулесовая молочная с маслом. | 200 | 6.66 | 11.0 | 22.64 | 216.44 | 0.9 | №199 |
| Какао на молоке. | 200 | 4,07 | 3,54 | 17,58 | 118,9 | 1,59 | №416 |
| Хлеб с маслом. | 40/9 | 2,45 | 8,25 | 25, | 136 |  | №1 |
| Итого за завтрак: |  |  | **14,5** | **24,24** | **65,41** | **471,39** | **1,68** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Винегрет с растительным маслом. | 100 | 0,82 | 3,7 | 5,06 | 56,88 | 6,15 | №36 |
| Обед | Суп картофельный с вермишелью ,мясом кур,сметаной. | 250 | 2,97 | 2,87 | 17,38 | 108,75 | 8,25 | №60  №88 |
| Картофельное пюре. | 150 | 7,56 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | 18,16 | №339 |
| Гуляш из курицы. | 70,0 | 12,11 | 10,06 | 2,39 | 238,24 | 2,4 | №318 |
| Сок. | 200.0 | 04, | 0,3 | 11,0 | 48,0 | 14,4 |  |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого за обед: |  |  | **27,59** | **19,48** | **71,46** | **733,74** | **43,63** |  |
| ПОЛДНИК | Булочка с начинкой. | 80 | 9,96 | 7,72 | 42,32 | 328 | 0,01 | №83  №255 |
| Чай сладкий с молоком. | 200 | 2,96 | 2,6 | 15,9 | 98,88 | 1,3 | №413 |
| Итого за полдник |  |  | **12,92** | **10,32** | **58,22** | **426,88** | **1,31** |  |
| Итого за целый день |  |  | **55,83** | **57,74** | **200,15** | **1688,89** | **52,77** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 6 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Рожки отварные с маслом и сыром. | 140/25 | 11,17 | 10,28 | 41,78 | 264 | 0,14 | №218 |
| Чай сладкий. | 200 | 0,12 | 0,02 | 10,2 | 41 | 2,83 | №326 |
| Печенье | 50.0 | 2,7 | 8 | 33,5 | 231,5 |  |  |
| Итого за завтрак: |  |  | **13,99** | **18,3** | **85,48** | **536,5** | **2,97** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Фрукты. Яблоко. | 100.0 | 0.4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |  |
| Обед | Суп куриный с клецками , сметаной. | 250 | 2 ,38 | 3,39 | 12,38 | 91,25 | 5,75 | №60  №91 |
| Овощи тушеные с мясом кур. | 200 | 3.75 | 5.09 | 14.4 | 126.3 | 8.56 | №31 |
| Компот из сухофруктов. | 200 | 1.04 | 0 | 26.96 | 107.44 | 0.8 | №394 |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого за обед: |  |  | **11,72** | **9,93** | **73,99** | **526,49** | **15,53** |  |
| ПОЛДНИК | Каша молочная пшенная с маслом. | 200 | 6.76 | 10.42 | 25.86 | 224.94 | 1.35 | №199 |
| Кофейный напиток на молоке. | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 | 101,11 | 1,3 | №414 |
| Хлеб пшеничный | 40.0 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 101.5 | 0.42 |  |
| Итого за полдник |  |  | **14,48** | **14,55** | **62,07** | **427,55** | **3,07** |  |
| Итого за целый день |  |  | **40,59** | **43,18** | **231,34** | **1537,54** | **51,04** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 7. | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша рисовая молочная с маслом. | 200 | 6.04 | 9.96 | 31,32 | 239.34 | 0,09 | №199 |
| Какао на молоке. | 200 | 4,07 | 3,54 | 17,58 | 118,9 | 1,59 | №416 |
| Хлеб с маслом. | 40/9 | 2,45 | 8,25 | 25, | 136 |  | №1 |
| Итого за завтрак: |  |  | **13,88** | **23,2** | **74,09** | **494,29** | **1,68** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Салат из свеклы.  Сок | 60  50 | 0,85  0,1 | 3,65  0,08 | 5,02  3 | 56,34  12 | 5,7  3,5 | №34 |
| Обед | Щи из свежей капусты с мясом кур, сметаной | 250 | 2,02 | 4,92 | 8,72 | 91,75 | 18,47 | №60  №73 |
| Картофельное пюре. | 150 | 7,56 | 4,80 | 20,44 | 137,25 | 18,16 | №339 |
| Рыба тушеная с овощами. | 80 | 14,13 | 0,55 | 0,62 | 62 | 0,58 | №246 |
| Компот из яблок. | 200 | 6.7 | 6.7 | 16.8 | 65.3 | 3.2 | №390 |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого за обед: |  |  | **34,96** | **18,42** | **66,83** | **557,8** | **40,83** |  |
| ПОЛДНИК | Сырники творожные со сметаной. | 140 | 25.8 | 20.2 | 19.59 | 374.8 | 0.4 | №72 |
| Чай с молоком. | 200 | 2,96 | 2,6 | 15,9 | 98,88 | 1,3 | №413 |
| Итого за полдник |  |  | **28,76** | **22,8** | **35,49** | **473,68** | **1,7** |  |
| Итого за целый день |  |  | **77,6** | **68,07** | **181,61** | **1582,11** | **49,91** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 8 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша манная молочная с маслом. | 200 | 12.4 | 16.05 | 62.18 | 444.04 | 0.04 | №199 |
| Кофейный напиток на молоке. | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 | 101,11 | 1,3 | №414 |
| Хлеб пшеничный с маслом. | 40/9 | 2,45 | 8,25 | 25, | 136 |  | №1 |
| Итогозавтрак: |  |  | **19,34** | **28,43** | **103,33** | **681,2** | **1,34** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК  Овощи урожая прошлого года до 01.03 | Салат из капусты, моркови с растительным маслом.  Яблоко | 60    50 | 0,84  0,2 | 3,05  0,2 | 5,41  4,9 | 52,44  29 | 19,47  5 | №21 |
| После 01.03 | Яблоко | 100 | 0,4 | 0,4 | 9,8 | 47 | 10 |  |
| Обед | Суп рыбный с консервами. | 250 | 2,46 | 2,87 | 14,53 | 95,5 | 8,25 | №59  №95 |
| Котлета мясная. | 70 | 8,33 | 25,63 | 11,64 | 311 |  | №299 |
| Каша гречневая рассыпчатая с маслом. | 140 | 8.73 | 5.4 | 45.0 | 263.8 |  | №330 |
| Компот из сухофруктов. | 200 | 1.04 | 0 | 26.96 | 107.44 | 0.8 | №394 |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого обед: |  |  | **25,11** | **35,35** | **118,4** | **979,24** | **9,47** |  |
| ПОЛДНИк | Запеканка рисовая с изюмом. | 160 | 5.9 | 6.3 | 38.3 | 238.4 | 5.2 | №106 |
| Кисель из свежих ягод. | 200 | 0,09 | 0,04 | 26,14 | 105,2 | 1,83 | №393 |
| Итогополдник |  |  | **5,99** | **6,34** | **64,44** | **343,6** | **7,03** |  |
| целый день |  |  | **55,28** | **73,17** | **291,5** | **2056,48** | **37,31** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 9 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Вермишель молочная с маслом. | 200 | 7,19 | 6,52 | 23,55 | 281,5 | 1,14 | №100 |
| Какао на молоке. | 200 | 4,07 | 3,54 | 17,58 | 118,9 | 1,59 | №416 |
| Хлеб пшеничный с маслом. | 40/9 | 2,45 | 8,25 | 25, | 136 |  | №1 |
| Итогозавтрак: |  |  | **15,03** | **19,76** | **66,32** | **536,45** | **2,73** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Фрукты. Банан. | 100.0 | 0,4 | 0,3 | 10,3 | 47 | 5 |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Салат из свежих овощей с растительным маслом | 60 | 0,59 | 3,69 | 2,24 | 44,52 | 10,06 | №15 |
| Обед | Борщ из свежей капусты с мясом, сметаной. | 250 | 2,1 | 4,94 | 12,98 | 156,5 | 10,29 | №59  №63 |
| Тефтели мясо – крупяные с маслом. | 200 | 25.28 | 18.98 | 12.94 | 337.46 | 1.6 | №38 |
| Компот из изюма. | 200 | 0.23 |  | 24.6 | 100.5 | 0.2 | №127 |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого обед: |  |  | **32,16** | **25,37** | **70,77** | **795,96** | **12,51** |  |
| ПОЛДНИК | Омлет натуральный. | 140 | 11.8 | 13.6 | 4.8 | 187.4 | 0.27 | №75 |
| Чай с молоком. | 200 | 2,96 | 2,6 | 15,9 | 98,88 | 1,3 | №413 |
|  | Пряник (вафля). | 50.0 | 2,8 | 2,5 | 38,15 | 181 |  |  |
| Итого за полдник |  |  | **17,56** | **18,7** | **58,85** | **467,28** | **1,57** |  |
| Итого за целый день |  |  | **65,74** | **67,82** | **208,48** | **1891,21** | **31,87** |  |

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| **Прием пищи** | **Наименование блюда** | **Выход блюда** | **Пищевые вещества (г)** | | | **Энергетическая ценность (ккал)** | **Витамин С** | **№**  **рецептуры** |
| **Б** | **Ж** | **У** |
| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 | 7 | 8 | 9 |
| День 10 | | | | | | | | |
| ЗАВТРАК | Каша молочная «Дружба» с маслом. | 200 | 6.32 | 10.18 | 26.34 | 223.16 | 0.09 | №112 |
| Кофейный напиток на молоке. | 200 | 3,17 | 2,68 | 15,96 | 101,11 | 1,3 | №414 |
| Хлеб пшеничный с маслом. | 40/9 | 2,45 | 8,25 | 25, | 136 |  | №1 |
| Итого за завтрак: |  |  | **13,26** | **22,56** | **67,49** | **460,32** | **1,39** |  |
| 2-ой ЗАВТРАК | Винегрет с растительным маслом. | 100 | 0,82 | 3,7 | 5,06 | 56,88 | 6,15 | №36 |
| Обед | Суп домашний с мясом кур. | 250 | 2,25 | 2,76 | 14,82 | 94,75 | 8,25 | №60  №86 |
| Рожки отварные с маслом. | 140 | 5,68 | 4,36 | 37,25 | 171 |  | №335 |
| Котлеты из печени. | 70 | 6,39 | 6,97 | 10,88 | 281,67 | 4,4 | №18 |
| Сок. | 200.0 | 04, | 0,3 | 11,0 | 48,0 | 14,4 |  |
| Хлеб ржаной, хлеб пшеничный. | 40/40 | 4.55 | 1.45 | 20.25 | 201.5 | 0.42 |  |
| Итого за обед: |  |  | **19,27** | **15,84** | **94,20** | **796,92** | **33,62** |  |
| ПОЛДНИК | Булочка с начинкой. | 80 | 9,96 | 7,72 | 42,32 | 328 | 0,01 | №83  №255 |
| Чай с молоком. | 200 | 2,96 | 2,6 | 15,9 | 98,88 | 1,3 | №413 |
| Итого за полдник |  |  | **12,92** | **10,32** | **58,22** | **426,88** | **1,31** |  |
| Итого за целый день |  |  | **46,27** | **52,44** | **224,97** | **1741** | **42,47** |  |
| Итого за весь период |  |  | **583,42** | **631,71** | **2628,91** | **18053,93** | **419,68** |  |