



<b>День 2</b>									
<b>ЗАВТРАК</b>									
	Запеканка из творога с морковью	100	13,33	12,54	11,98			214,27	162
	Соус молочный	50	1,98	1,57	2,55			44,83	112
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76			14,15	152
	Масло сливочное	8	6,64	0,08	0,08			59,84	142
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,19			31,5	132
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>22,35</b>	<b>14,33</b>	<b>25,56</b>			<b>364,59</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b> Йогурт молочный									
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>16,50</b>			<b>117</b>	<b>119а</b>
<b>ОБЕД</b>									
	Суп рыбный из консервов	150	6,11	1,56	9,99			90,51	42
	Рулет из говядины	150	21,02	23,58	17,67			366,17	181
	Соус томатный с маслом сливочным	30	0,37	0,90	2,93			21,36	116
	Компот из сухофруктов	150	0,78	0,00	20,22			80,58	122
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26			49,62	153
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76			14,15	152
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>532</b>	<b>30,66</b>	<b>26,54</b>	<b>63,83</b>			<b>622,39</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>									
	Салат из отварного картофеля с зеленым горошком	40	2,82	4,64	8,01			84,24	168
	Чай сладкий с молоком	150	2,34	2,43	13,28			81,96	134
	Йогурт куриное отварное	20	2,60	2,40	2,00			31,4	143
	Мандарины	100	0,20	0,80	7,50			38	147
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>310</b>	<b>7,96</b>	<b>10,27</b>	<b>30,79</b>			<b>235,6</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>									
		<b>1352</b>	<b>65,32</b>	<b>54,89</b>	<b>136,68</b>			<b>1339,58</b>	
<b>День 3</b>									
<b>ЗАВТРАК</b>									
	Завтрак зерновой витаминизированный с молоком	150	5,49	4,65	27,24			169,2	61
	Хлеб с сыром	30	1,96	1,16	5,60			41,6	1а
	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	180	4,12	4,54	19,35			130,81	126
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>11,57</b>	<b>10,35</b>	<b>52,19</b>			<b>341,61</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b> Апельсины									
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,20</b>	<b>0,90</b>	<b>8,10</b>			<b>43</b>	<b>141</b>
<b>ОБЕД</b>									
	Салат из капусты белокочанной с растительным маслом	40	0,77	4,03	3,16			52,09	10
	Йогурт куриное отварное	20	2,60	2,40	2,00			31,4	143
	Суп овощной на курином бульоне	150	2,58	0,38	6,27			45,9	39
	Курица отварная	60	13,36	8,53	0,00			139,48	108
	Рис отварной с овощами	120	2,70	4,39	20,36			150,84	58

	Сок фруктовый или овощной витаминизированный	150	0,00	0,00	15,15		69	130	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26		49,62	153	
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76		14,15	152	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>592</b>	<b>24,39</b>	<b>20,23</b>	<b>59,96</b>		<b>552,48</b>		
	<b>ПОЛДНИК</b>	40	3,56	0,00	29,20		134,4	161	
	Молоко стерилизованное витаминизированное	180	5,04	5,76	7,38		100,8	127	
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>220</b>	<b>8,60</b>	<b>5,76</b>	<b>36,58</b>		<b>235,2</b>		
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1272</b>	<b>44,76</b>	<b>37,24</b>	<b>156,83</b>		<b>1172,29</b>		
<b>День 4</b>									
	<b>ЗАВТРАК</b>	100	12,76	8,89	13,82		191,75	81	
	Пудинг творожный с изюмом запеченный	30	0,02	0,00	4,45		17,52	111	
	Соус клюквенный	50	1,32	3,61	0,07		38,34	2	
	Хлеб с маслом и яйцом	180	0,00	0,00	8,19		31,5	132	
	Чай с сахаром								
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>	<b>360</b>	<b>14,10</b>	<b>12,50</b>	<b>26,53</b>		<b>279,11</b>		
	<b>ЗАВТРАК 2</b>	150	0,00	0,00	14,70		60	118	
	<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>	<b>150</b>	<b>0,00</b>	<b>0,00</b>	<b>14,70</b>		<b>60</b>		
	<b>ОБЕД</b>	40	0,46	2,85	1,38		33,43	22	
	Салат из свежих овощей с растительным маслом	150	2,54	1,42	9,18		71,05	32	
	Рассолыник на мясном бульоне со сметаной	180	9,56	9,77	17,46		219,37	94	
	Жаркое по-домашнему	150	0,15	0,06	13,07		52,08	123	
	Компот из свежемороженых ягод	22	0,40	0,14	2,76		14,15	152	
	Хлеб пшеничный витаминизированный	30	1,98	0,36	10,26		49,62	153	
	Хлеб ржаной								
	Икра кабачковая для детского питания с растительным маслом	40	0,73	4,84	2,97		58,52	4а	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>612</b>	<b>15,82</b>	<b>19,44</b>	<b>57,08</b>		<b>498,22</b>		
	<b>ПОЛДНИК</b>	40	0,64	2,08	3,36		36,6	2	
	Винегрет с растительным маслом	45	5,57	5,41	0,90		74,66	26	
	Сельдь с луком и растительным маслом	160	0,18	3,25	10,64		42,06	133	
	Чай сладкий с лимоном	100	0,40	0,40	9,80		47	140	
	Яблоки								
	<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>345</b>	<b>6,79</b>	<b>11,14</b>	<b>24,70</b>		<b>200,32</b>		
	<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1467</b>	<b>36,71</b>	<b>43,08</b>	<b>123,01</b>		<b>1037,65</b>		
<b>День 5</b>									
	<b>ЗАВТРАК</b>	140	1,67	3,51	5,47		60,62	189	
	Каша пшеничная молочная	30	1,96	1,16	5,60		41,6	1а	
	Хлеб с сыром								
	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	180	4,12	4,54	19,35		130,81	126	

	Масло сливочное	8	6,64	0,08	0,08	0,08	59,84	142	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>358</b>	<b>14,39</b>	<b>9,29</b>	<b>30,50</b>	<b>292,87</b>			
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Виноград	100	0,20	0,60	15,00	65	149		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,20</b>	<b>0,60</b>	<b>15,00</b>	<b>65</b>			
<b>ОБЕД</b>	Супл картофельный на мясном бульоне со сметаной	150	2,83	1,50	11,62	84,39	36		
	Тертели из говядины	60	9,37	8,10	3,65	126,74	105		
	Сок фруктовый или овощной витаминизированный	150	0,00	0,00	15,15	69	130		
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	49,62	153		
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76	14,15	152		
	Капуста тушеная	120	2,54	5,38	5,58	95,76	48		
	Икра кабачковая для детского питания	40	0,76	3,56	3,08	47,64			
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>572</b>	<b>17,88</b>	<b>19,04</b>	<b>52,10</b>	<b>487,26</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>	Томаты свежие с растительным маслом	30	0,31	2,15	1,06	25,61	25		
	Суфле из печени	60	14,02	5,91	5,38	131,95	111		
	Отвар шиповника	160	0,43	0,18	12,58	60,61	129		
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>250</b>	<b>14,76</b>	<b>8,24</b>	<b>19,02</b>	<b>218,17</b>			
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1280</b>	<b>47,23</b>	<b>37,17</b>	<b>116,62</b>	<b>1063,3</b>			
<b>День 6</b>									
<b>ЗАВТРАК</b>	Омлет натуральный	130	10,20	11,78	4,17	162,41	77		
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76	14,15	152		
	Масло сливочное	8	6,64	0,08	0,08	59,84	142		
	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	180	4,12	4,54	19,35	130,81	126		
	Зеленый горошек отварной с маслом	40	2,04	2,39	3,38	43,24	3		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>380</b>	<b>23,40</b>	<b>18,93</b>	<b>29,74</b>	<b>410,45</b>			
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Йогурт молочный	150	4,35	3,75	16,50	117	119a		
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>16,50</b>	<b>117</b>			
<b>ОБЕД</b>	Салат из помидоров свежих с перцем сладким с раст. маслом	30	0,98	6,41	3,93	78,79	21		
	Рагу из мяса кур	180	20,81	28,84	20,88	426,67	163		
	Компот из сухофруктов	150	0,78	0,00	20,22	80,58	122		
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76	14,15	152		
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	49,62	153		
	Суп с клецками на курином бульоне	150	3,82	1,29	12,67	85,68	43		
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>562</b>	<b>28,77</b>	<b>37,04</b>	<b>70,72</b>	<b>735,49</b>			
<b>ПОЛДНИК</b>	Сырники из творога с морковью	120	15,41	12,05	15,16	230,7	188		
	Чай сладкий с молоком	150	2,34	2,43	13,28	81,96	134		

<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>270</b>	<b>17,75</b>	<b>14,48</b>	<b>28,44</b>	<b>312,66</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1362</b>	<b>74,27</b>	<b>74,20</b>	<b>145,40</b>	<b>1575,6</b>		
<b>День 7</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Суп молочный с макаронными изделиями	140	4,62	6,30	14,45	130,93	33	
	Хлеб с сыром	30	1,96	1,16	5,60	41,6	1a	
	Какао-напиток витаминизированный на молоке	180	5,58	5,76	20,12	152,84	117	
	Масло сливочное	8	6,64	0,08	0,08	59,84	142	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>358</b>	<b>18,80</b>	<b>13,30</b>	<b>40,25</b>	<b>385,21</b>		
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Бананы	100	0,50	1,50	21,00	96	146	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,50</b>	<b>1,50</b>	<b>21,00</b>	<b>96</b>		
<b>ОБЕД</b>	Яйцо куриное отварное	20	2,60	2,40	2,00	31,4	143	
	Суп гороховый вегетарианский	150	4,29	0,36	12,09	76,41	35	
	Бефстроганов из отварной говядины в молочном-сметанном соусе	60	10,04	9,47	2,55	135,49	91	
	Каша гречневая рассыпчатая	120	6,84	5,78	32,94	216,41	65	
	Сок фруктовый или овощной витаминизированный	150	0,00	0,00	15,15	69	130	
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	49,62	153	
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76	14,15	152	
	Салат из моркови с растительным маслом	40	0,48	2,84	3,88	42,37	15	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>592</b>	<b>26,63</b>	<b>21,35</b>	<b>81,63</b>	<b>634,85</b>	
	<b>ПОЛДНИК</b>	Сдоба обыкновенная	50	4,59	4,09	30,26	179,09	165
Молоко кипяченое		150	4,35	4,80	7,05	90	127a	
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>200</b>	<b>8,94</b>	<b>8,89</b>	<b>37,31</b>	<b>269,09</b>		
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1250</b>	<b>54,87</b>	<b>45,04</b>	<b>180,19</b>	<b>1385,15</b>		
<b>День 8</b>								
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша рисовая молочная жидкая с изюмом	140	4,23	6,97	21,92	167,54	70	
	Хлеб с маслом и яйцом	50	1,32	3,61	0,07	38,34	2	
	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	180	4,12	4,54	19,35	130,81	126	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>370</b>	<b>9,67</b>	<b>15,12</b>	<b>41,34</b>	<b>336,69</b>		
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Йогурт молочный	150	4,35	3,75	16,50	117	119a	
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>150</b>	<b>4,35</b>	<b>3,75</b>	<b>16,50</b>	<b>117</b>		
<b>ОБЕД</b>	Суп овощной с мясными фрикадельками со сметаной	150	4,14	10,38	11,25	155,22	175	
	Салат витаминный с растительным маслом	30	0,34	2,15	2,36	30,27	5	
	Печень по-строгановски	60	8,64	3,47	2,13	72,91	102	
	Картофель отварной, запеченный с маслом	120	2,83	3,42	18,40	138,76	55	
	<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>360</b>	<b>15,95</b>	<b>27,22</b>	<b>115,39</b>	<b>306,95</b>	

	Компот из сухофруктов	150	0,78	0,00	20,22	80,58	122
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76	14,15	152
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	49,62	153
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>562</b>	<b>19,11</b>	<b>19,92</b>	<b>67,38</b>	<b>541,51</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Печенье	25	5,12	2,88	16,50	117,5	158
	Чай сладкий с лимоном	160	0,18	3,25	10,64	42,06	133
	Бананы	100	0,50	1,50	21,00	96	146
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>285</b>	<b>5,80</b>	<b>7,63</b>	<b>48,14</b>	<b>255,56</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1367</b>	<b>38,93</b>	<b>46,42</b>	<b>173,36</b>	<b>1250,76</b>	
<b>День 9</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Лапшевник с творогом	100	8,37	7,18	26,59	204,48	170
	Соус сметанный	50	0,82	2,39	1,48	38,49	115а
	Хлеб с сыром	30	1,96	1,16	5,60	41,6	1а
	Чай с сахаром	180	0,00	0,00	8,19	31,5	132
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>11,15</b>	<b>10,73</b>	<b>41,86</b>	<b>316,07</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Яблоки	100	0,40	0,40	9,80	47	140
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,40</b>	<b>0,40</b>	<b>9,80</b>	<b>47</b>	
<b>ОБЕД</b>	Зеленый горошек отварной с маслом	40	2,04	2,39	3,38	43,24	3
	Суп рыбный	150	9,55	0,45	6,92	79,08	41
	Суфле из отварной курлицы	120	25,08	21,48	5,28	283,92	110
	Сок фруктовый или овощной витаминизированный	150	0,00	0,00	15,15	69	130
	Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76	14,15	152
	Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	49,62	153
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>		<b>512</b>	<b>39,05</b>	<b>24,82</b>	<b>43,75</b>	<b>539,01</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>	Пирожок печеный с капустой	60	4,10	5,94	17,69	149,51	138
	Молоко кипяченое	150	4,35	4,80	7,05	90	127а
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>		<b>210</b>	<b>8,45</b>	<b>10,74</b>	<b>24,74</b>	<b>239,51</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>		<b>1182</b>	<b>59,05</b>	<b>46,69</b>	<b>120,15</b>	<b>1141,59</b>	
<b>День 10</b>							
<b>ЗАВТРАК</b>	Каша из овсяных хлопьев молочная жидкая	130	4,33	7,15	14,72	140,69	67
	Хлеб с маслом и яйцом	50	1,32	3,61	0,07	38,34	2
	Кофейный напиток витаминизированный на молоке	180	4,12	4,54	19,35	130,81	126
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК</b>		<b>360</b>	<b>9,77</b>	<b>15,30</b>	<b>34,14</b>	<b>309,84</b>	
<b>ЗАВТРАК 2</b>	Мандарины	100	0,20	0,80	7,50	38	147
<b>ИТОГО ЗА ЗАВТРАК 2</b>		<b>100</b>	<b>0,20</b>	<b>0,80</b>	<b>7,50</b>	<b>38</b>	
<b>ОБЕД</b>	Борщ с фасолью со сметаной	150	2,44	1,08	5,61	58,09	29
	Бульон мясной прозрачный	50	21,07	11,19	11,22	229,38	155

Котлеты рыбные любительские	60	13,41	1,87	3,58	81,98	86
Рагу овощное	110	2,75	3,73	10,59	92,63	57
Компот из свежемороженых ягод	150	0,15	0,06	13,07	52,08	123
Хлеб ржаной	30	1,98	0,36	10,26	49,62	153
Хлеб пшеничный витаминизированный	22	0,40	0,14	2,76	14,15	152
<b>ИТОГО ЗА ОБЕД</b>	<b>572</b>	<b>42,20</b>	<b>18,43</b>	<b>57,09</b>	<b>577,93</b>	
<b>ПОЛДНИК</b>						
Салат из кальмаров с яблоками с растительным маслом	40	5,16	3,92	2,16	64,8	8
Вафли	25	0,73	0,83	19,38	88,54	160
Отвар шиповника	160	0,43	0,18	12,58	60,61	129
<b>ИТОГО ЗА ПОЛДНИК</b>	<b>225</b>	<b>6,32</b>	<b>4,93</b>	<b>34,12</b>	<b>213,95</b>	
<b>ИТОГО ЗА ДЕНЬ:</b>	<b>1257</b>	<b>58,49</b>	<b>39,46</b>	<b>132,85</b>	<b>1139,72</b>	
<b>ИТОГО ЗА ВЕСЬ ПЕРИОД:</b>	<b>13051</b>	<b>535,20</b>	<b>472,32</b>	<b>1434,63</b>	<b>12369,06</b>	
<b>СРЕДНЕЕ ЗНАЧЕНИЕ ЗА ПЕРИОД:</b>	<b>1305,1</b>	<b>53,52</b>	<b>47,23</b>	<b>143,46</b>	<b>1236,91</b>	

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН  
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

**СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП**

Сертификат 706699936057990200889301522920754506789801582803

Владелец Кожевникова Маргарита Александровна

Действителен с 29.03.2024 по 29.03.2025