

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю
 Директор
 ИП Харитонова Е.Г.
 /Харитонова Е.Г./

МЕНЮ
 01 ноября 2024 г.
 от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Стоимость: 179 руб.					
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ" (молоко, крупа овсяная, сахар, масло сливочное)	180	5	7,4	23,4	181,3
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	7	2,3	3	0	36,5
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	417	11	12,9	52,3	370,7
Второй завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47
Обед					
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,5	1,9	4,2	37
БОРЩ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло растительное)	180	3,5	4,2	9,8	93,4
ГОРОХОВОЕ ЩОРЕ "КАЙ" (горох, масло растительное)	130	4	4,1	18,1	125,1
ФРИКАДЕЛЬКИ В СОУСЕ "И ГЕРДА"	80	3,5	3	22,6	132,2
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИЛЬОРИНА ГРУША" (сушеная груша, яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	660	14,3	14	83,2	519,6
Ужин					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С СОУСОМ	200	4	4,1	18,1	125,1
ПЛОШКА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, молоко, сахар, дрожжи хлебопекарные)	50	2,2	1,9	18,6	100,5
ЯБЛОКО	50	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИНЦ ЛИМОН"	200	0	0	28,2	112,8
Всего за день:	450	21,8	13,2	62,5	460,3

МЕНИО
 05 НОЯБРЯ 2024 г.
 ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Продукция, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША ОБЯЗАТЕЛЬНО ЖИДКАЯ "МАЛЫШКА" (ПРИЩЕ)	180	4,6	6,3	18,7	157,3	199
МАСЛО (КОРЧИВЫЙ)	5	0,1	8,3	0,1	75	6
СЫР	10	0,3	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
КОФЕ ЗАВТРАК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДА	200	2,7	1,9	18,6	102,5	412
Итого за прием пищи:	425	9,3	26,3	52,9	486,4	
Завтрак						
СПЕЖОК	180	4,6	6,3	18,7	157,3	199
Обед						
САЛАТ ИЗ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	50	0,7	2	10,4	63,3	74
ДИПЛОМ "ДЕДУШКА МАША" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,6	4,8	8,3	97,9	87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПУРЕ "СНЕГУХОЧКА"	130	4	4,1	18,1	125,1	530
КОМПОЗИЦИОННЫЕ ПУШКОЧКИ	80	2,8	1,3	16,9	68	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖИХ ЯБЛОК И РАСФРУШЕННЫМ ЦИТРУСОВЫМ	200	0,1	0,1	23,5	105,8	393
ХЛЕБ ПИЦЦАРИЙСКИЙ	20	1,3	0,8	10,3	52,4	
ХЛЕБ РУЖАЛЫЙ	20	1,3	0,7	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	680,00	16,3	12,8	98	553,3	
Ужин						
КАША ТРИЦЕФАСА	150	3	1,1	18,1	125,1	380
ФРИКАЗ ИЗ ПТИЦЫ	80	4	4,1	18,1	125,1	530
ПРИЩЕ	30	4	1,1	18,1	125,1	380
ХЛЕБ ЦИВИЛЬСКИЙ	20	1,7	0,8	10,3	51,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	118
Итого за прием пищи:	480	13,7	13	76,8	476,3	
Всего за день:		25,3	39,1	150,5	1029,7	

МЕНЮ

06 НОЯБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Примеры приема пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			963	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША КОРИЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСТЕРЖКА"	180	4,5	6,1	20,8	157,2	182
МАСЛО (КОРИЧНЫМ)	7	0,1	8,5	0,1	7,5	6
ЯЙЦО ПАРЕННОЕ	20	2,3	5	0	36,5	7
БАЛОЦ	30	1,5	0,6	10,5	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5	416
Итого за прием пищи:	437	10,6	19,9	49,8	421,6	
Завтрак						
ЯБЛОКО	150	1,5	0,1	20,8	157,2	182
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,65	1,8	8,6	58,9	21
СУП ГОРОХОВЫЙ	180	4,5	9,0	9,5	93,5	72
МАСЛО БЫЧЬЕ ОТВАРНОЕ ДЛЯ ЗАПЕКИ МЯС	130	3,5	5	22,6	132,2	219
БИГГЕТКИ МЯСНЫЕ	80	9,7	12,1	15,1	191,1	304,867
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,5	32,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ КУРАИ И "ВЕСЕЛЫЙ АБРИКОС"	200	5,4	4	7,6	81,8	394
Итого за прием пищи:	680,00	26,55	24,6	80,2	653,7	
Ужин						
ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	180	2	5,5	14,9	97,2	539
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	1,5	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,4	4	7,6	81,8	417
Итого за прием пищи:	430	5,4	4	7,6	84,8	
Всего за день:		9,2	7,6	17,9	173,7	
Всего за день:		75,4	73,8	233,8	1898,8	

МЕНЮ

07 НОЯБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример ценов. наименования блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углевода, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЦАТ	180	4,6	5,6	20,1	159,1	182
МАСЛО СЛОБОДСКОЕ	7	0,1	3,3	0,1	75	6
БЕЛЫЙ	19	2,8	2,2	0,2	31,5	227
БЛЮД	37	1,5	0,6	10,7	52,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	293	0,2	0,1	12,2	48,6	411
Итого за прием пищи:	427	9	17,9	42,9	366,6	
Завтрак						
БЕЛЫЙ	150	6,1	4,5	9,3	199,8	429
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОБЕЯНЫМИ ФАСОЛИ	50	0,4	1,5	2,6	25,3	21
СУП КУРИНЫЙ	180	6,4	7,6	19,6	137,3	82
РОСОМОРНЫЙ	130	4	4,7	18,1	125,1	330
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	11,3	52,4	
ХЛЕБ БУЛКА	20	1,5	0,2	8,5	46,8	
КОМБОУД СВЕЖИЙ ПИЦЦА ТРАФИКА	200	0,2	0,2	22,1	97,6	393
Итого за прием пищи:	760	37,9	24,7	88,7	728	
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГРОБЕ	130	2	2,3	14,9	97,2	339
ПЕЧЕНЬЯЧНЕЕ В СОУСЕ	80	2	3,3	14,9	97,2	339
БЕЛЫЙ	50	1,5	0,2	8,5	90,8	
ЧАЙ С САХАРОМ ИЛИ МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	480	7	7,8	60,8	336,2	
Всего за день:		75,4	72,3	233,8	1898,8	

МЕНЮ

08 НОЯБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
ОМЛЕТ "НАИЛТАЙ-ВОЛНАЙ"	100	4,4	6	22,1	181,1	199
СЛАД	10	0,1	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	20,0	0,3	0,1	13,3	35,2	412
Итого за прием пищи:	160	6,3	15	46	343,7	
Завтрак						
СОК	160	4,4	6	22,1	181,1	199
Обед						
ЦЫРА БАБАЧКОВАЯ	50	2,2	6,1	4,7	82,2	14
БОРОЦ "ШЕСТЬТИ" ДИВАЛЕНЦИ ПОЛОВИНА (картофель, морковь, капуста, лук, лук порей, перец сладкий, лук репчатый, томаты свежие, масло растительное)	180	5,6	6	9,8	117,2	63
ГОРОХОВОЕ ЦУРЕ	130	3,5	3	22,6	53,2	219
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
КОМПОЗИЦИОННЫЕ ФРУКТОВЫЕ МОМОЛЦИНОВЕ ВЯЛОЧКО	200	0	0	9,7	38,7	393
ХЛЕБЦЫ ЦИВИЧНИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РАЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за обедом пищи:	740,00	23,8	27	78,7	654,6	
Ужин						
КАНАТ РЕЧНИЧНАЯ	130	4	1,1	18,1	125,1	330
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ПРЯНИКИ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	20,0	0,3	0,1	13,2	48,6	418
ХЛЕБЦЫ ЦИВИЧНИ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	480	16,7	16,1	62,2	458	
Всего за день:		55,8	65,5	257,6	1841,5	

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

Харитонова Е.Г.

МЕНЮ
11 НОЯБРЯ 2024 г.
от 3 до 7 лет

Принем пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МОЛОЧНАЯ "ДРУЖБА" (молоко, рис, пшено, сахар, масло сливочное)	180	5,4	8	24,1	190,6
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,3	0,1	75
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	13,4	53,4
Итого за прием пищи:	417	7,2	17	47,9	371,4
Обед					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,65	1,8	8,6	58,9
Обед					
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,65	1,8	8,6	58,9
СУП КУРИНЫЙ	180	6,2	11,2	9	163,6
КАША ГРЕЧЕВАЯ ДИЕТИЧЕСКАЯ (хрута гречневая, масло сливочное)	130	4	4,1	18,1	125,1
ГУЛЯШ МЯСНОЙ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО" (сушеные яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	640	1,5	25,8	71,4	614,9
Ужин					
ДЕТСКИЙ ПЛОВ С КУРИЦЕЙ (рис, филе куриное, морковь, лук, масло растительное)	220	3,1	5,5	20,5	142,1
БУЛОЧКА "НАСЛОЖДЕНИЕ"	50	3,1	5,5	20,5	142,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ "ПРИВЕТ, ЛИМОН!"	200	0	0	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	500	7,7	11,6	79,5	449,4
Всего за день:	1590	67,1	90,4	231,6	2031,2

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждаю

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

(Харитонова Е.Г.)

МЕНЮ
12 НОЯБРЯ 2024 г.
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАША МАЛЫННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СВЕЖАЯ БОРОДИНА" (молоко, крупа манная, масло сливочное, сахар)	180	4,4	6	22,1	161,1
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	8,3	0,1	75
ВАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
СЫР	10	0,6	1,3	0,1	31,5
КАША С МОЛОКОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	425	8,8	18,1	51,2	420,5
Второй завтрак					
КЕФИР	100	3,6	2,7	5,4	86,4
Обед					
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	50	0,7	2	10,4	63,3
ПИЩИ "ОТ ДЕДУШКИ СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ" (говядина, картофель, лук репчатый, морковь, томаты, капуста б/к, перец сладкий, томаты свежие)	180	5,6	4,5	8,3	97,9
ОВОЩНОЕ РАГУ С ПИЦЦЕЙ "ДЛЯ ФАЛТАЗЕРОВ" (фасоль куриное, картофель, лук репчатый, перец сладкий, помидоры свежие, морковь, томаты, капуста б/к, масло растительное)	180	2	3,3	14,9	97,2
ХЛЕБ ШЛЕНДИЦЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
КОМПОЗИЦИОНАЛЬНЫЙ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ТРАФИК" (вишня, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
Итого за прием пищи:	650	11,3	8,9	68,7	402,4
Ужин					
ЗАПЕКАНКА "СКАЗОЧНАЯ" ИЗ ТВОРОГА С СОУСОМ МОЛОЧНЫМ (творог, яйца куриные, мука пшеничная, сахар, сливки)	150	17,8	9,1	16,2	222,4
ПЕЧЕНЬЕ С АБРИКОСОМ	50	3,1	5,5	20,5	142,1
ЯБЛОКО	100	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2
Итого за прием пищи:	500	39	23,8	66,4	642,1
Всего за день:	1530	56,8	71,1	263,1	1927,4

ИП Харитонова Е.Г.



Утверждаю
Директор

ИП Харитонова Е.Г.
(Харитонова Е.Г.)

МЕНЮ
13 НОЯБРЯ 2024 г.
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	
Сквозимость: 179 руб.					
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА" (молоко, рис, сахар, масло сливочное)	150	17,8	9,1	16,2	222,4
ВЕТЧИЛА	10	2,6	2,3	0,2	31,5
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0	0	28,2	112,8
Итого за прием пищи:	370	4,1	2,9	38,7	396,7
Второй завтрак					
СОК ТЕРРОКОЗЫ	100	3,6	2,7	3,4	86,4
Обед					
ПИЦЦА КАБАЧКОВАЯ	50	0,4	1,5	2,6	25,3
СУПЧИК ГОРОХОВЫЙ (говядина, картофель, горох, морковь, лук, масло растительное)	180	6,1	7,5	10,6	135,4
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ ДЛЯ ИЛЫИ МУРОМЦА (макаронны, масло сливочное)	130	3,5	3	22,6	132,2
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИБИРИЯ" ГРУША (сушеные яблоки и груши, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	680	22	21	72	560
Ужин					
КАРТОФЕЛЬНОЕ ГВОРЕ "СНЕГУРОЧКА" (картофель, молоко, масло сливочное)	130	17	16,5	19,8	296,9
ФРИКАДЕЛЬКИ РЫБНЫЕ В СОУСЕ	50/50	8,9	7,9	7,2	135,4
ПРЯНИКИ	50	3,1	5,5	20,5	142,1
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	2,3	0,9	15,4	78,6
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6
Итого за прием пищи:	450	29,9	26	75	925,3
Всего за день:	1500	59	67	251	2115

ИП Харитонова Е.Г.

Утверждено

Директор

ИП Харитонова Е.Г.

/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ
14 НОЯБРЯ 2024 г.
от 3 до 7 лет

Примем пищу, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Стоимость: 179 руб.					
КАЦА ПИШЕННАЯ МОЛОЧНАЯ "ОТ АЛИСЫ ИЗ ЗАБЕЖКАЛЬЯ" (молоко, крупа пшеница, сахар, масло сливочное)	180	3,7	4,4	22,4	145,2
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4
ЯБЛОКА ВАРЕНЬЕ	20	1,9	2	0,1	26
КОФЕЙНЫЙ НАВИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	430	9,3	8,9	51,4	324,1
Второй завтрак					
ВРЕЖЕНКА	100	3,6	2,7	5,4	86,4
Обед					
ОГУРЦЫ	50	0,7	2	10,4	63,3
РАССОЛЫВК ОТ ВАСИЛИСЫ ПРЕКРАСНОЙ (говядина, курица, томат, лук репчатый, морковь, картофель, крупа перловая, огурец, соевый, масло растительное)	180	6,2	11,2	9	163,6
РИС ОТВАРНОЙ (крупа рисовая, масло сливочное)	130	4	4,1	18,1	125,1
КУРИЦА С ОВОЩАМИ	80	8,9	7,9	7,2	135,4
КОМПОТ ИЗ ЯГОД "АЛЕНУШКА" (свежая клюква, сахар, лимон)	200	0,2	0,2	22,5	93,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	2	0,3	12,7	61,2
Итого за прием пищи:	680	23,5	26,3	90,2	694,7
Ужин					
КАПУСТА ТУШЕНАЯ С ПТИЦЕЙ (филе куриное, лук репчатый, морковь, томат, капуста б/к, масло растительное)	220	2	3,3	14,9	97,2
БУЛОЧКА С ПОСЫПКОЙ	50	3,1	5,5	20,5	142,1
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ПРИЯТНОГО"	200	0	0	28,2	112,8
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	30	2,3	0,9	15,4	78,6
Итого за прием пищи:	450	7,4	9,7	79	430,7
Всего за день:	1585	80,4	71,8	242,6	1946,6

ИП Харитонова Е.Г.



Утверждено
Директор
ИП Харитонова Е.Г.
/Харитонова Е.Г./

МЕНЮ
15 ноября 2024 г.
от 3 до 7 лет

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал
		Белки, г	Жиры, г	Углево-ды, г	
Стоимость: 179 руб.					
Завтрак					
КАША ОВСЯНАЯ С МАСЛОМ СЛИВОЧНЫМ (МАЛЕНЬКИЕ ПИРШ) (масло, крупа овсяная, сахар, масло сливочное)	180	5	7,4	23,4	181,3
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	2,3	3	0	36,5
БАТОН	80	3,5	0,6	10,3	52,4
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5
Итого за прием пищи:	417	11	12,9	52,3	370,7
Второй завтрак					
СОК ЯБЛОЧНЫЙ	100	0,4	0,4	9,8	47
Обед					
ПИРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,5	1,9	4,2	57
БОРЩ ДЛЯ ЮНЫХ КОСМОНАВТОВ (говядина, капуста б/к, картофель, свекла, лук репчатый, морковь, томатная паста, соль, масло растительное)	180	3,5	4,2	9,8	93,4
ГОРОХОВОЕ ЦУРЕ "КАЙ" (горох, масло растительное)	130	4	4,1	18,1	125,1
ФРИКАДЕЛКИ В СОУСЕ "И ГЕРДА"	80	3,5	3	22,6	132,2
КОМБОТ ИЗ СМЕСИ СУХОФРУКТОВ "СИБИРИНА ГРУППА" (сушеная груша, яблоки, сахар, лимон)	200	0	0	9,7	38,7
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8
Итого за прием пищи:	660	14,2	14	83,2	519,6
Ужин					
КАША ГРЕЧНЕВАЯ С СОУСОМ	200	4	4,1	18,1	125,1
ПИЦЦА "МОСКОВСКАЯ" (мука пшеничная, молоко, сахар, дрожжи хлебопекарные)	50	2,2	1,9	18,6	100,5
ЯБЛОКО	50	17,8	9,1	16,2	222,4
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ "ТРИБЛЮМОН"	200	0	0	28,2	112,8
Всего за день:	450	21,9	33,2	62,5	460,3

МЕНЮ
18 НОЯБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАЛЫНКА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	180	4,3	6	22,1	161,1	199
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,3	78,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	367	7,1	15,3	51,1	370,3	
Завтрак 2						
СОК	150	1,5	0,5	21	96	
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	40	0,7	2	10,4	63,3	13
СЛИВЧАТЫЙ ВАРЯН С КУРИЦЕЙ "КУРЬКА РЯБА"	180	14,5	6	8,5	145,9	86
ПЮРЕ С МЯСОМ "СТАРЫК ХОТТАБЫЧ"	160	3,5	3	22,6	132,2	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОЗИТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	394
Итого за прием пищи:	550	21,5	11,8	70	473,3	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	80	3,5	3	22,6	132,2	219
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
ЯБЛОКО	100	0,3	0,1	13,5	55,2	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	410	8,2	6,1	60,1	326,5	
Всего за день:		36,8	33,2	181,2	1170,1	

МЕНЮ
18 НОЯБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАЛЫНКА МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	180	4,4	6	22,1	161,1	199
МАСЛО (ПОРЦИОННО)	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,3	78,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	417	7,1	15,3	51,1	370,3	
Завтрак						
СОК	150	4,4	6	22,1	161,1	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,7	2	10,4	63,3	13
СЛИВЧАТЫЙ ВАРЯН С КУРИЦЕЙ "КУРЬКА РЯБА"	180	14,5	6	8,5	145,9	86
ПЮРЕ С МЯСОМ "СТАРЫК ХОТТАБЫЧ"	200	3,5	3	22,6	132,2	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОЗИТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	394
Итого за прием пищи:	670	21,5	11,8	70	473,3	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	3,5	3	22,6	132,2	219
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
ЯБЛОКО	100	0,3	0,1	13,5	55,2	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОННОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	450	8,2	6,1	60,1	326,5	
Всего за день:		36,8	33,2	181,2	1170,1	

Утверждено
Директор
И.Г. Харитонов Е.Г.
Харитонов Е.Г.

МЕНЮ
19 НОЯБРЯ 2024 г.
ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 479 руб.						
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ"	150	4,6	0,9	18,3	157,3	199
МАСЛО ПЛОТВАЯ	5	0,1	8,3	0,1	75	6
СЫР	10	0,1	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
КОФЕЛИН ВАНИЛЬНЫЙ С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	150	2,2	1,9	18,6	100,5	412
Итого за прием пищи:	345	9,3	26,3	52,9	486,4	
Завтрак 2						
СНЕЖОК	150	4,6	6,9	18,7	157,3	199
Обед						
САЛАТ ИЗ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	40	0,7	2	10,4	63,3	14
ПИ "ОТ ДЕДУШКИ МАША" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,6	4,5	8,3	97,9	87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПИРЕ "СНЕГУШКА"	130	4	4,1	18,1	125,1	330
КОТЛЕТКИ РЫБНЫЕ "РУСАЛОЧКИ"	80	2,8	1,3	16,9	68	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИЯ ВИШНЯКА"	200	0,4	0,1	25,5	105,8	395
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	620,00	16,3	12,8	98	553,3	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	110	1	4,1	18,1	125,1	330
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	4	4,1	18,1	125,1	330
ПЕЧЕНЬЕ	50	4	4,1	18,1	125,1	330
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
Итого за прием пищи:	460	13,7	13	76,8	476,3	
Всего за день:		39,3	39,3	174,7	1062,7	

И.Г. Харитонов Е.Г.

Утверждено
Директор
И.Г. Харитонов Е.Г.
Харитонов Е.Г.

МЕНЮ
19 НОЯБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 479 руб.						
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИНЦ"	180	4,6	0,9	18,3	157,3	199
МАСЛО ПЛОТВАЯ	5	0,1	8,3	0,1	75	6
СЫР	10	0,1	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
КОФЕЛИН ВАНИЛЬНЫЙ С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5	412
Итого за прием пищи:	425	9,3	26,3	52,9	486,4	
Завтрак						
СНЕЖОК	150	4,6	6,9	18,7	157,3	199
Обед						
САЛАТ ИЗ ПОМИДОР И ОГУРЦОВ	50	0,7	2	10,4	63,3	14
ПИ "ОТ ДЕДУШКИ МАША" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,6	4,5	8,3	97,9	87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПИРЕ "СНЕГУШКА"	130	4	4,1	18,1	125,1	330
КОТЛЕТКИ РЫБНЫЕ "РУСАЛОЧКИ"	80	2,8	1,3	16,9	68	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИЯ ВИШНЯКА"	200	0,4	0,1	25,5	105,8	395
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	680,00	16,3	12,8	98	553,3	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	120	4	4,1	18,1	125,1	330
ФРИКАСЕ ИЗ ПТИЦЫ	80	4	4,1	18,1	125,1	330
ПЕЧЕНЬЕ	50	4	4,1	18,1	125,1	330
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
Итого за прием пищи:	480	13,7	13	76,8	476,3	
Всего за день:		25,6	39,1	150,9	1039,7	

Директор
И.Т. Харитонов Е.Г.
(Харитонов Е.Г.)

МЕНЮ
20 НОЯБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			963	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА"	180	4,5	6,1	20,8	157,2	182
МАСЛО (ПОРФИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,3	6,75	6
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,3	3	0	36,5	7
БАТОН	30	1,5	0,8	10,3	52,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5	416
Итого за прием пищи:	407	10,6	19,9	49,8	421,6	
Завтрак						
ЯБЛОКО	100	4,5	6,1	20,8	157,2	182
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,65	1,8	8,6	58,9	21
СУП ГОРОХОВЫЙ	180	4,5	3,9	9,5	93,5	72
МАКАРОНЫ ОТВАРЕННЫЕ ДЛЯ ИЛЫИ МУКОМЦА	110	3,5	3	22,6	132,2	219
ВИТЧИКИ МЯСНЫЕ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,1	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ "ВЕСЕЛЫЙ АБРИКОС"	200	5,4	4	7,6	84,8	394
Итого за прием пищи:	589,00	26,55	24,6	80,2	653,7	
Ужин						
ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	120	2	3,3	14,9	97,2	339
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,4	4	7,6	84,8	417
Итого за прием пищи:	370	5,4	4	7,6	84,8	
Всего за день:		9,2	7,6	17,9	173,7	



Директор
И.Т. Харитонов Е.Г.
(Харитонов Е.Г.)

МЕНЮ
20 НОЯБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			963	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСНЕЖКА"	180	4,5	6,1	20,8	157,2	182
МАСЛО (ПОРФИЯМИ)	7	0,1	8,3	0,3	6,75	6
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,3	3	0	36,5	7
БАТОН	30	1,5	0,8	10,3	52,1	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5	416
Итого за прием пищи:	437	10,6	19,9	49,8	421,6	
Завтрак						
ЯБЛОКО	100	4,5	6,1	20,8	157,2	182
Обед						
САЛАТ ИЗ МОРКОВИ	40	0,65	1,8	8,6	58,9	21
СУП ГОРОХОВЫЙ	180	4,5	3,9	9,5	93,5	72
МАКАРОНЫ ОТВАРЕННЫЕ ДЛЯ ИЛЫИ МУКОМЦА	130	3,3	3	22,6	132,2	219
ВИТЧИКИ МЯСНЫЕ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,1	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ "ВЕСЕЛЫЙ АБРИКОС"	200	5,4	4	7,6	84,8	394
Итого за прием пищи:	680,00	26,55	24,6	80,2	653,7	
Ужин						
ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	180	2	3,3	14,9	97,2	339
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,4	4	7,6	84,8	417
Итого за прием пищи:	430	5,4	4	7,6	84,8	
Всего за день:		9,2	7,6	17,9	173,7	
Всего за день:		75,4	73,8	233,8	1898,8	



Директор
И.И. Харитонова Е.Г.
Харитонова Е.Г.

МЕНЮ
21 НОЯБРЯ 2024 г.
ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Энергетический процент
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	150	4,6	6,6	20,1	159,1	182
МАСЛО (ПОКУПАЕМЫЕ)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ВЕТЧИНА	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	411
Итого за прием пищи:	397	9	17,9	42,9	366,6	
Завтрак 2						
РЯЖЕНКА	150	6,1	4,5	9,9	109,8	420
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	40	0,4	1,5	2,6	25,3	21
СУП КУРИНЫЙ	150	6,4	7,6	10,6	137,9	82
РИС ОТВАРНОЙ	110	4	4,1	18,1	125,1	330
БЕФСТРОГАЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМБОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИЯ В ПИЩЕВКА"	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	700	37,9	24,7	88,7	728	
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	110	2	3,3	14,9	97,2	339
ПЕЧЕНАЯ МЯСЦЫ В СОУСЕ	80	2	3,3	14,9	97,2	339
ПРЯЖЕНКИ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	460	7	7,4	60,8	336,2	
Всего за день:		75,4	72,8	233,8	1898,8	

И.И. Харитонова Е.Г.
Харитонова Е.Г.

МЕНЮ
21 НОЯБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Пример пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	Энергетический процент
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	4,6	6,6	20,1	159,1	182
МАСЛО (ПОКУПАЕМЫЕ)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ВЕТЧИНА	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	411
Итого за прием пищи:	427	9	17,9	42,9	366,6	
Завтрак						
РЯЖЕНКА	150	6,1	4,5	9,9	109,8	420
Обед						
САЛАТ ИЗ КАРТОФЕЛЯ С СОЛЕНЫМ ОГУРЦОМ	50	0,4	1,5	2,6	25,3	21
СУП КУРИНЫЙ	180	6,4	7,6	10,6	137,9	82
РИС ОТВАРНОЙ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
БЕФСТРОГАЛОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМБОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИЯ В ПИЩЕВКА"	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	760	37,9	24,7	88,7	728	
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2	3,3	14,9	97,2	339
ПЕЧЕНАЯ МЯСЦЫ В СОУСЕ	80	2	3,3	14,9	97,2	339
ПРЯЖЕНКИ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	480	7	7,5	60,8	336,2	
Всего за день:		75,4	72,8	233,8	1898,8	

МЕНЮ

22 НОЯБРЯ 2024 г.

ОТ 1 ГОДА ДО 3 ЛЕТ

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
ОМЛЕТ "ШАТАЙ-ВОЛТАЙ"	130	4,4	6	22,1	161,1	199
СЫР	10	0,1	8,5	0,1	75	6
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	180	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	350	6,3	15	46	343,7	
ЗАВТРАК 2						
СОК	130	4,4	6	22,1	161,1	199
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	40	2,2	6,1	4,7	82,2	14
БОРЩ "ЛЕТНИЙ" ДЛЯ АЛЕШИ ПОПОВИЧА (картофель, морковь, корень сельдерея, перец сладкий, лук репчатый, помидоры свежие, масло растительное)	150	5,6	6	9,8	117,2	63
ГОРОХОВОЕ СУПЕ	110	3,5	3	22,6	132,2	219
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
КОМПОЗИЦИОННЫЕ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДЦЫНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	395
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	660,00	23,8	27	78,7	654,6	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	110	4	4,1	18,1	125,1	330
ПТИЦА С ОВОЩАМИ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
РУДЕЛИК С САХАРОМ	30	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	460	16,7	16,1	62,2	458	
Всего за день:		55,8	65,5	257,6	1841,5	

МЕНЮ

22 НОЯБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Примечание, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептур
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
ОМЛЕТ "ШАТАЙ-ВОЛТАЙ"	160	4,4	6	22,1	161,1	199
СЫР	10	0,1	8,5	0,1	75	6
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	400	6,3	15	46	343,7	
Завтрак						
СОК	160	4,4	6	22,1	161,1	199
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	2,2	6,1	4,7	82,2	14
БОРЩ "ЛЕТНИЙ" ДЛЯ АЛЕШИ ПОПОВИЧА (картофель, морковь, корень сельдерея, перец сладкий, лук репчатый, помидоры свежие, масло растительное)	180	5,6	6	9,8	117,2	63
ГОРОХОВОЕ СУПЕ	130	3,5	3	22,6	132,2	219
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
КОМПОЗИЦИОННЫЕ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДЦЫНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	395
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,5	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	710,00	23,8	27	78,7	654,6	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
КОТЛЕТА КУРИНАЯ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
РУДЕЛИК	30	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	480	16,7	16,1	62,2	458	
Всего за день:		55,8	65,5	257,6	1841,5	