

**МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ДОШКОЛЬНОЕ
ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ –
ДЕТСКИЙ САД № 386 «ЗНАЙКА»
МУНИЦИПАЛЬНОГО ОБРАЗОВАНИЯ «ГОРОД ЕКАТЕРИНБУРГ»**

620144, Екатеринбург, Большакова, 129 «А», тел. (343) 212-57-87,
e-mail: mdoy386@mail.ru, сайт: <https://386.tvoysadik.ru>

УТВЕРЖДЕНО
приказом заведующего
МБДОУ – детский сад № 386 «Знайка»
Приказ № 1/2-Од от 11.01.2021
В.Г. Ларина



**МЕНЮ 20-ДНЕВНОЕ
для детей с особенностями питания (безмолочное
меню)**

**Муниципального бюджетного дошкольного
образовательного учреждения – детский сад № 386
«Знайка»**

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|-----------------------|--|------------------------|-------------|------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 1. Понедельник | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 6 | 7 | 51 | 312 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.031/3 | Сок фруктовый | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| | Итого: | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.33/1 | Салат из отварного картофеля, морской капусты с раст. маслом | 60 | 1 | 5 | 7 | 88 | 0 |
| 2021/6/2 | Щи из свежей капусты Б/М | 200 | 1 | 2 | 7 | 52 | 0 |
| 7.5/8/1//7.06 1 | Плов из отварного мяса говядины// Бигус с мясом | 200//230 | 15//23 | 16//22 | 31//16 | 358//293 | |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| 7.248//7.115/ 1 | Кисель из концентрата плодового или ягодного// Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 26 | 103 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| | Итого: | 715 | 21 | 23 | 94 | 703 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/27/1 | Вафля | 20 | 1 | 1 | 32 | 140 | 0 |
| | Итого: | 370 | 5 | 2 | 68 | 345 | 0 |
| | | | | | | | |
| | Всего: | 1650 | 32 | 32 | 222 | 1392 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|---------------------|--|------------------------|-------------|------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 2. Вторник | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 276 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.031 | Сок | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| | Итого: | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.20/1//7.057 /1 | Салат из отварной свеклы с раст.маслом// Салат из припущенной моркови с раст. маслом | 60 | 1 | 4 | 6 | 70 | 0 |
| 7.20/2 | Суп-лапша на курином бульоне | 180 | 2 | 3 | 12 | 107 | 0 |
| 7.8/3//7.н350 | Капуста тушеная// Бигус с мясом кур | 150//230 | 3//22 | 5//8 | 14//14 | 110//224 | 0 |
| 7.5/9 | Биточки (котлеты) из мяса кур | 60 | 14 | 12 | 4 | 203 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 705 | 24 | 24 | 76 | 645 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/1/3 | Картофель отварной | 150 | 5 | 1 | 41 | 201 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 350 | 5 | 1 | 47 | 228 | 0 |
| | Всего: | 1570 | 35 | 25 | 184 | 1181 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|-----------------------|---|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 3. Среда | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 6 | 7 | 51 | 312 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.425/1 | Салат из бел.капусты, кукурузы конс. с раст. маслом | 40 | 1 | 3 | 4 | 46 | 0 |
| 7.258 | Свекольник вегетарианский | 150 | 1 | 4 | 9 | 85 | 0 |
| 7.6/7/1 | Рыба запечённая | 60 | 9 | 2 | 4 | 95 | 0 |
| 7.64с | Картофельное пюре б/м | 150 | 3 | 4 | 22 | 145 | 0 |
| 7.078//7.111 5/1 | Компот из изюма// Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 18 | 76 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 655 | 18 | 13 | 80 | 549 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 7.308/6//202 1/015 | Печенье//Вафли | 20 | 2//1 | 1//1 | 15//16 | 92//70 | 0 |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 370 | 6 | 2 | 45 | 297 | 0 |
| | Всего: | 1590 | 30 | 22 | 189 | 1207 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|--------------------------------------|--|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 4. Четверг | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 276 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.333//7.20/1 //7.290//7.27/ 1 | Салат из помидор и огурцов с зеленью// Салат из белокочанной капусты с помидорами// Салат из картофеля с кукурузой, луком и раст.маслом | 40 | 0 | 2 | 3 | 23 | 0 |
| 2021/13/6 | Суп картофельный вегетерианский | 200 | 2 | 3 | 12 | 107 | 0 |
| 7.н.113/1 | Свекла тушеная | 150 | 3 | 6 | 18 | 130 | 0 |
| 7.114//7.8/9 | Биточки из мяса куры// Суфле из мяса кур паровое | 60 | 12 | 14 | 4 | 192 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 705 | 21 | 25 | 77 | 607 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/1/3 | Картофель отварной | 150 | 5 | 1 | 41 | 201 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 350 | 5 | 1 | 47 | 228 | 0 |
| | Всего: | 1570 | 32 | 28 | 189 | 1160 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|--------------------|---|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 5. Пятница | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 6 | 7 | 51 | 312 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.31/1 | Салат из отварного картофеля, моркови с реп.луком, сол.огурцом, раст.маслом | 60 | 1 | 0 | 9 | 44 | 0 |
| 7.30/2 | Уха рыбацкая | 250 | 10 | 7 | 18 | 184 | 0 |
| 7.64с | Картофельное пюре б/м | 150 | 3 | 4 | 22 | 145 | 0 |
| 7.163//7.249 | Котлета из говядины// Печень по-строгановски | 80 | 14//17 | 12//9 | 4//2 | 203//171 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 795 | 32 | 23 | 93 | 731 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 7.43-2/3./2 | Макаронные изделия | 130 | 6 | 5 | 28 | 199 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 7.308/6 | Печенье | 20 | 2 | 1 | 15 | 92 | 0 |
| | Итого: | 350 | 8 | 6 | 49 | 318 | 0 |
| | Всего: | 1710 | 46 | 36 | 206 | 1410 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|-----------------------|---|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 6. Понедельник | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 251 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.3/1//7.057/ 1 | Салат из бел.капусты с раст.маслом//Салат из моркови с раст.маслом | 60 | 1//0 | 4//0 | 6//1 | 60//7 | 0 |
| 2021/2/2 | Борщ б/м | 200 | 2 | 4 | 12 | 90 | 0 |
| 7.38/8/1 | Запеканка картофельная, фаршированная отварным мясом говядины с овощами | 200 | 16 | 13 | 30 | 328 | 0 |
| 7.248//7.115/ 1 | Кисель из концентрата плодового или ягодного// Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 26 | 103 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 715 | 23 | 21 | 97 | 683 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/5 | Вафли | 20 | 1 | 1 | 16 | 70 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 420 | 5 | 7 | 51 | 311 | 0 |
| | Всего: | 1650 | 34 | 30 | 213 | 1294 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|-----------------------------|--|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 7. Вторник | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 6 | 7 | 51 | 312 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.27/1//7.4/1 | Салат из отварного картофеля с кукурузой и реп.лука с раст.маслом// Салат из белок.капусты с кукурузой и раст.маслом | 40 | 1 | 4 | 9 | 81 | 0 |
| 7.086 | Суп гороховый | 200 | 4 | 3 | 16 | 122 | 0 |
| 7.н151 | Макаронные изделия отварные с овощами | 120 | 4 | 5 | 29 | 192 | 0 |
| 7.114//7.н18 6с-1//7.256 | Биточки из мяса куры//Суфле из мяса кур// Гуляш из куры | 80 | 11 | 10 | 5 | 116 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 695 | 24 | 22 | 99 | 666 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 7.083 | Рагу из овощей | 100 | 1 | 3 | 10 | 86 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 300 | 1 | 3 | 16 | 113 | 0 |
| | | | | | | | |
| | Всего: | 1560 | 31 | 32 | 179 | 1140 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|----------------------|--|------------------------|-------------|------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 8. Среда | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 7.64с | Картофельное пюре б/м | 150 | 3 | 4 | 22 | 145 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 5 | 5 | 44 | 243 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.031 | Сок | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| | Итого: | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| | Обед | | | | | | |
| 7.32/1/6//7.2 9/1 | Салат из отварного картофеля с зеленым горошком и раст.маслом // Салат из отв.картофеля, моркови, свеклы с реп.луком с раст.маслом | 60 | 1 | 4 | 9 | 80 | 0 |
| 7.47с/3 | Суп-лапша с мясом | 150 | 2 | 3 | 12 | 107 | 0 |
| 2021/1/3 | Картофель отварной | 150 | 5 | 1 | 41 | 201 | 0 |
| 7.61р/ | Суфле рыбное | 80 | 12 | 5 | 1 | 110 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 695 | 24 | 13 | 103 | 653 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с .маслом | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 7.308/6 | Печенье | 20 | 2 | 1 | 15 | 92 | 0 |
| | Итого: | 420 | 6 | 7 | 50 | 333 | 0 |
| | Всего: | 1630 | 35 | 25 | 206 | 1261 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|--------------------|---|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 9. Четверг | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 276 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.27/1 | Салат из отв.картофеля, кукурузой с реп.луком | 40 | 1 | 4 | 7 | 74 | 0 |
| 7.018/5 | Суп крестьянский | 150 | 2 | 3 | 11 | 176 | 0 |
| 7.н.113/1 | Свекла тушеная | 150 | 3 | 6 | 18 | 130 | 0 |
| 7.н114 | Котлета из курицы | 60 | 14 | 12 | 4 | 203 | 0 |
| 7.115/1 | компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 655 | 22 | 25 | 80 | 738 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 7.н151 | Макаронные изделия отварные | 120 | 4 | 5 | 29 | 192 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 320 | 4 | 5 | 35 | 219 | 0 |
| | Всего: | 1490 | 32 | 32 | 180 | 1282 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|--------------------|---|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 10. Пятница | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 6 | 7 | 51 | 315 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.20/1//7.292 | Салат из отвар.свеклы с раст.маслом//Салат из белокочанной капусты с огурцами | 60 | 1 | 4 | 6 | 70 | 0 |
| 7.н086/1 | Суп гороховый с мясом | 150 | 3 | 4 | 17 | 117 | 0 |
| 7.64с | Картофельное пюре б/м | 150 | 3 | 4 | 22 | 145 | 0 |
| 7.4//7/2 | Рыба, тушеная с овощами | 60 | 8 | 4 | 4 | 106 | 0 |
| 7.115/1//7.11 0 | Компот из сухофруктов//Компот из кураги | 200 | 0 | 0 | 17//19 | 53//77 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 675 | 19 | 16 | 89 | 593 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 7.308/6 | Печенье | 20 | 2 | 1 | 15 | 92 | 0 |
| | Итого: | 370 | 6 | 2 | 51 | 297 | 0 |
| | Всего: | 1610 | 31 | 25 | 204 | 1257 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|------------------------|---|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 11. Понедельник | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 276 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.33/1//7.425 /1 | Салат из отварного картофеля с морской капустой// Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и раст.маслом | 40 | 0 | 2 | 3 | 23 | 0 |
| 7.102 | Свекольник с мясом | 150 | 6 | 7 | 29 | 127 | 0 |
| 7.070 | Жаркое по домашнему | 60 | 14 | 12 | 4 | 203 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 505 | 24 | 21 | 76 | 508 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 7.308/6 | Печенье | 20 | 2 | 1 | 15 | 92 | 0 |
| | Итого: | 420 | 6 | 7 | 50 | 333 | 0 |
| | Всего: | 1440 | 36 | 30 | 191 | 1166 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита- мин С,мг |
|--------------------|--|------------------------|-------------|------------|----------------|----------------------------|----------------------|
| 12. Вторник | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 6 | 7 | 51 | 312 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.031 | Сок | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| | Итого: | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| 7.057/1 | Салат из моркови с раст.маслом// Салат из морской капусты, моркови с яйцом с раст.маслом | 60 | 0 | 0 | 1 | 7 | 0 |
| 7.н39с | Борщ с мясом (кура) | 150 | 1 | 3 | 10 | 72 | 0 |
| 7.355 | Биточки рыбные | 60 | 10 | 3 | 1 | 92 | 0 |
| 7.64с | Картофельное пюре б/м | 150 | 3 | 4 | 22 | 145 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 675 | 18 | 10 | 74 | 471 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 7.н151 | Макаронные отварные изделия | 120 | 4 | 5 | 29 | 192 | 0 |
| 7.308/6 | Печенье | 20 | 2 | 1 | 15 | 92 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 340 | 6 | 6 | 50 | 311 | 0 |
| | Всего: | 1580 | 30 | 23 | 184 | 1126 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|-----------------------|---|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 13. Среда | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 276 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.333//7.32/1 | Салат из помидор и огурцов с зеленью//Салат из отварного картофеля с зел.горошком раст.маслом | 60 | 1 | 4 | 9 | 80 | 0 |
| 7.264 | Суп крестьянский | 150 | 8 | 9 | 11 | 169 | 0 |
| 7.8/3//7.061 | Капуста тушеная// Бигус с мясом | 120 | 3 | 5 | 14 | 110 | 0 |
| 7.н163 | Котлета из говядины | 60 | 14 | 12 | 4 | 203 | 0 |
| 7.078//7.115/ 1 | Компот из изюма// компот из сухофруктов | 200 | 0//0 | 0//0 | 18//17 | 76//53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 645 | 30 | 30 | 79 | 740 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 7.083 | Рагу из овощей | 100 | 1 | 3 | 10 | 86 | 0 |
| 7.308/6//202 1/015 | Печенье//Вафли | 20 | 2//1 | 1//1 | 15//16 | 92//70 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 320 | 3 | 4 | 31 | 205 | 0 |
| | Всего: | 1480 | 39 | 36 | 175 | 1270 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|--------------------|---|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 14. четверг | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/19/4 | Каша ассорти (рис+греча) с растит. маслом | 200 | 6 | 8 | 24 | 197 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 8 | 9 | 46 | 295 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| 7.4/1//7.20/1 | салат из белок.капусты с кукурузой, релука и раст.масла//Салат из отварной свеклы с раст.маслом | 40 | 1 | 4 | 9 | 81 | 0 |
| 7.165-1/2 | Рассольник «Ленинградский» | 150 | 5 | 6 | 14 | 140 | 0 |
| 7.н114 | Котлета из куры | 60 | 14 | 12 | 4 | 203 | 0 |
| 7.180-3 | Рагу овощное | 120 | 2 | 4 | 16 | 113 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 625 | 26 | 26 | 83 | 692 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 7.н151 | Макаронные отварные изделия | 120 | 4 | 5 | 29 | 192 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/015 | Вафли | 20 | 1 | 1 | 16 | 70 | 0 |
| | Итого: | 340 | 5 | 6 | 51 | 289 | 0 |
| | Всего: | 1530 | 39 | 41 | 193 | 1325 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|----------------------|---|------------------------|-------------|------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 15.пятница | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 276 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.031 | Сок | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| | Итого: | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.32/1/6 | салат из отварного картофеля с зеленым горошком раст.маслом | 60 | 1 | 4 | 9 | 80 | 0 |
| 7.27/2 | Суп-пюре из разных овощей | 200 | 2 | 4 | 9 | 87 | 0 |
| 7.н076/1 | Каша гречневая рассыпчатая | 150 | 5 | 5 | 33 | 189 | 0 |
| 7.61р/1//7.35 5 | Суфле рыбное//Рыбные биточки | 80 | 12 | 5 | 1 | 110 | 0 |
| 7.15/10//7.11 5/1 | напиток из шиповника// компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 18//17 | 75//53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 745 | 24 | 18 | 93 | 643 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/1/3 | Картофель отварной | 150 | 5 | 1 | 41 | 201 | 0 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 370 | 7 | 1 | 57 | 275 | 0 |
| | Всего: | 1630 | 37 | 21 | 211 | 1226 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|------------------------|--|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 16. Понедельник | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная с маслом растительным | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 6 | 7 | 51 | 312 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.31/1//7.3/1 | Салат из отварного картофеля с морской капустой// Салат из белокочанной капусты с кукурузой, луком и раст.маслом | 60 | 1 | 5 | 7 | 88 | 0 |
| 7.02 | Свекольник с мясом | 150 | 6 | 7 | 29 | 127 | 0 |
| 7.256 | Гуляш из отварного мяса | 80 | 11 | 10 | 5 | 116 | 0 |
| 7.64с | Картофельное пюре б/м | 150 | 3 | 4 | 22 | 145 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 695 | 25 | 26 | 103 | 631 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/015 | Вафли | 20 | 2 | 1 | 15 | 92 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 370 | 6 | 2 | 51 | 297 | 0 |
| | Всего: | 1630 | 37 | 35 | 218 | 1289 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|--------------------|--|------------------------|-------------|------------|-------------|----------------------------|---------------------|
| 17. Вторник | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/19/4 | Каша ассорти из гречи и риса с раст.маслом | 200 | 6 | 8 | 24 | 197 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 445 | 8 | 9 | 46 | 295 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.031 | Сок | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| | Итого: | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.н019//7.2/9 /1 | Биточки из куры//Мясо кур отварное (порции без кости) | 60 | 14 | 12 | 4 | 203 | 0 |
| 7.086 | Суп гороховый | 200 | 4 | 3 | 16 | 122 | 0 |
| 7.350 | Салат из отварн.картофеля с кукурузой и реп.лука с раст.маслом | 40 | 1 | 4 | 9 | 81 | 0 |
| 7.10/3 | Морковь тушеная | 120 | 4 | 7 | 19 | 144 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 675 | 27 | 26 | 88 | 705 | 0.05 |
| 17:00 | | | | | | | |
| 2021/1/3 | Картофель отварной | 150 | 5 | 1 | 41 | 201 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 350 | 5 | 1 | 47 | 228 | 0 |
| | Всего: | 1590 | 40 | 36 | 190 | 1260 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|--------------------|---|------------------------|-------------|------------|-------------|----------------------------|---------------------|
| 18. Среда | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 276 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.031 | Сок | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| | Итого: | 120 | 0 | 0 | 9 | 32 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.333//7.20/1 | Салат из помидор и огурцов с зеленью// Салат из отварной свеклы с изюмом// Салат из отварной свеклы с раст.маслом | 40 | 1 | 3 | 4 | 46 | 0 |
| 7.н137 | Щи с мясом | 150 | 2 | 4 | 8 | 76 | 0 |
| 7.64с | Картофельное пюре б/м | 150 | 3 | 4 | 22 | 145 | 0 |
| 7.6/7/1 | Рыба запеченная | 60 | 9 | 2 | 4 | 95 | 0 |
| 7.078//7.115/ 1 | Компот из изюма// компот из сухофруктов | 200 | 0//0 | 0//0 | 18//17 | 76//53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 655 | 19 | 13 | 79 | 619 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 7.38/3/2 | Запеканка морковная | 80 | 1 | 3 | 13 | 81 | 0 |
| 7.185 | Повидло | 20 | 0 | 0 | 13 | 51 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 300 | 1 | 3 | 32 | 159 | 0 |
| | Всего: | 1470 | 26 | 18 | 172 | 1086 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|--------------------|--|------------------------|-------------|------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 19. Четверг | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 7.н151 | Макаронные отварные изделия | 120 | 4 | 5 | 29 | 192 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 365 | 6 | 6 | 51 | 290 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008 | Фрукт | 120 | 0 | 0 | 13 | 49 | 12 |
| | Итого: | 120 | 0 | 0 | 13 | 49 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.32/1/6//7.3/1 | салат из отварного картофеля с зел.горошком и раст.маслом//Салат из белок.капусты с морковью и раст.маслом | 60 | 1 | 4//3 | 9//4 | 80//39 | 0 |
| 7.30/2 | Уха рыбацкая | 200 | 7 | 2 | 11 | 111 | 0 |
| 7.162с/1 | Плов из мяса кур | 230 | 31 | 34 | 39 | 570 | 0 |
| 7.115/1//7.110 | Компот из сухофруктов//Компот из кураги | 200 | 0 | 0 | 17//19 | 53//77 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 745 | 43 | 40 | 99 | 916 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/1/3 | Картофель отварной | 150 | 5 | 1 | 41 | 201 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| | Итого: | 350 | 5 | 1 | 47 | 228 | 0 |
| | | | | | | | |
| | Всего: | 1580 | 54 | 47 | 210 | 1483 | 12.05 |

| № ТК | Наименование блюда | Объем Порции, гр | Белки, г | Жиры, г | Углеводы, г | Калори- йность, ккал | Вита мин С,мг |
|------------------------|--|------------------------|-------------|-------------|----------------|----------------------------|---------------------|
| 20.пятница | | | | | | | |
| Завтрак. | | | | | | | |
| 2021/43/4 | Каша рисовая рассыпчатая | 150 | 4 | 1 | 30 | 178 | 0 |
| 2021/27/1 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 2021/3/7 | Батон | 45 | 2 | 1 | 16 | 71 | 0 |
| | Итого: | 395 | 6 | 2 | 52 | 276 | 0 |
| 10:00 | | | | | | | |
| 7.008//7.031/ 3 | Фрукт//Сок | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| | Итого: | 120//120 | 0//1 | 0//1 | 13//20 | 49//73 | 12 |
| Обед. | | | | | | | |
| 7.31/1//7.29/ 1 | салат из отв.картофеля с реп.луком, с сол.огурцом// салат из отв.картофеля, моркови, свеклы с реп.луком, сол. Огурцом раст. маслом | 60 | 1 | 0//5 | 9//7 | 44//84 | 0 |
| 2021/2/2 | Борщ б/м | 200 | 2 | 4 | 12 | 90 | 0 |
| 7.36/2/4//7.1 1/7/3 | Фрикадельки рыбные// Тефтели рыбные в соусе | 80 | 12 | 4 | 5 | 145 | 0 |
| 7.64с | Картофельное пюре б/м | 150 | 3 | 4 | 22 | 145 | 0 |
| 7.115/1 | Компот из сухофруктов | 200 | 0 | 0 | 17 | 53 | 0.05 |
| 7.050 | Хлеб пшеничный | 20 | 2 | 0 | 10 | 47 | 0 |
| 7.002/1 | Хлеб ржаной | 30 | 2 | 0 | 13 | 55 | 0 |
| 7.044 | Соль | 5 | 0 | 0 | 0 | 0 | 0 |
| | Итого: | 745 | 22 | 12 | 77 | 579 | 0.05 |
| Полдник. | | | | | | | |
| 2021/2/4/1 | Каша гречневая безмолочная | 200 | 4 | 6 | 29 | 214 | 0 |
| 2021/271 | Чай | 200 | 0 | 0 | 6 | 27 | 0 |
| 7.308/6 | Печенье | 20 | 2 | 1 | 15 | 92 | 0 |
| | Итого: | 420 | 6 | 7 | 50 | 333 | 0 |
| | Всего: | 1680 | 34 | 21 | 192 | 1237 | 12.05 |

**ДОКУМЕНТ ПОДПИСАН
ЭЛЕКТРОННОЙ ПОДПИСЬЮ**

СВЕДЕНИЯ О СЕРТИФИКАТЕ ЭП

Сертификат 603332450510203670830559428146817986133868575787

Владелец Ларина Виктория Григорьевна

Действителен с 24.06.2022 по 24.06.2023