|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40 | 2,85 | 8,60 | 17,27 | 158,10 | 0,00 | 99 |
| Сыр (порциями) | 8 | 1,80 | 2,29 | 0,00 | 28,25 | 0,70 | 14 |
| Суп молочный с макаронными изделиями | 150 | 4,18 | 10,37 | 19,37 | 188,23 | 0,68 | 100 |
| Какао с молоком | 160 | 2,65 | 2,26 | 11,02 | 75,64 | 1,20 | 416 |
| ЗАВТРАК - 2 | Сок яблочный | 100 | 0,50 | 0,10 | 9,90 | 43,00 | 2,00 | 418 |
| ОБЕД | Щи с капустой и картофелем | 150 | 6,23 | 7,69 | 15,96 | 138,47 | 15,97 | 147 |
| Запеканка картофельная с мясом | 160 | 10,30 | 11,36 | 18,02 | 215,71 | 3,53 | 308 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 10,16 | 531 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Пряники | 50 | 2,95 | 2,35 | 37,50 | 183,00 | 0,05 | 584 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| УЖИН | Салат из моркови | 45 | 0,54 | 0,04 | 5,12 | 23,57 | 7,5 | 41 |
| Кулеш | 155 | 4,66 | 6,00 | 21,33 | 257,93 | 1,40 | 203 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1568** | **39,61** | **51,37** | **194,22** | **1481,62** | **43,19** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 1 день, 1 неделя

УТВЕРЖДАЮ

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с джемом или повидлом | 40 | 2,37 | 0,29 | 20,69 | 95,02 | 0,09 | 2 |
| Каша пшеничная жидкая | 150 | 5,16 | 6,70 | 23,24 | 174,36 | 1,00 | 270 |
| Кофейный напиток с молоком | 160 | 2,63 | 2,18 | 11,49 | 76,71 | 1,17 | 414 |
| ЗАВТРАК - 2 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,23 | 0,10 | 10,06 | 46,37 | 35,00 | 538 |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми (горох) | 150 | 7,76 | 7,09 | 13,98 | 150,88 | 4,62 | 87 |
| Голубцы ленивые | 120 | 14,11 | 18,84 | 12,54 | 272,02 | 8,03 | 315 |
| Соус сметанный с томатом | 40 | 0,54 | 0,77 | 2,58 | 19,46 | 1,80 | 352 |
| Кисель из повидла, джема, варенья | 150 | 0,08 | 0,05 | 23,00 | 90,52 | 0,07 | 517 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Печенье | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 208,50 | 0,00 | 0/2 |
| Ряженка | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,30 | 81,00 | 0,45 | 420 |
| УЖИН | Рагу из овощей | 200 | 4,11 | 2,96 | 22,50 | 134,47 | 5,56 | 148 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1560** | **48,04** | **47,94** | **208,75** | **1464,85** | **57,49** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 3 день, 1 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40 | 2,83 | 4,48 | 17,23 | 120,70 | 0,00 | 99 |
| Сыр (порциями) | 8 | 1,80 | 2,29 | 0 | 28,25 | 0,70 | 14 |
| Каша пшенная жидкая | 150 | 5,32 | 6,84 | 25,97 | 187,28 | 1,09 | 273 |
| Чай с молоком | 160 | 2,52 | 2,14 | 11,55 | 76,17 | 1,13 | 413 |
| ЗАВТРАК - 2 | Яблоки | 100 | 0,39 | 0,39 | 9,51 | 45,59 | 10,00 | 386 |
| ОБЕД | Суп картофельный с мясными фрикадельками | 150 | 6,27 | 5,01 | 13,44 | 124,37 | 6,48 | 154 |
| Котлеты или биточки рыбные | 50 | 10,72 | 3,84 | 8,57 | 152,12 | 0,12 | 271 |
| Пюре картофельное | 110 | 2,65 | 1,00 | 16,97 | 87,79 | 3,80 | 339 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 10,16 | 531 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Вафли | 50 | 1,40 | 1,65 | 38,65 | 177,00 | 0,00 | 0/3 |
| Чай с лимоном | 150 | 0,07 | 0,01 | 7,1 | 29,40 | 1,21 | 412 |
| УЖИН | Сырники из творога с повидлом или вареньем | 200 | 16,54 | 20,26 | 24,41 | 332,51 | 0,19 | 245 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1568** | **53,46** | **48,22** | **205,35** | **1503,81** | **34,88** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 4 день, 1 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с джемом или повидлом | 40 | 2,37 | 0,29 | 20,69 | 95,02 | 0,09 | 2 |
| Каша манная жидкая | 150 | 2,84 | 6,63 | 43,24 | 171,84 | 1,03 | 268 |
| Какао с молоком | 160 | 2,65 | 2,26 | 11,02 | 75,64 | 1,28 | 416 |
| ЗАВТРАК - 2 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,23 | 0,10 | 10,06 | 46,37 | 35,00 | 538 |
| ОБЕД | Борщ | 150 | 4,72 | 7,72 | 13,84 | 152,22 | 2,76 | 63 |
| Печень, тушеная в соусе | 50 | 10,33 | 9,06 | 6,69 | 197,46 | 7,34 | 299 |
| Макароны отварные | 110 | 4,81 | 2,57 | 30,80 | 165,68 | 0,00 | 297 |
| Компот из свежих плодов | 150 | 0,09 | 0,09 | 8,88 | 37,12 | 3,00 | 390 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Булочка домашняя | 35 | 2,58 | 1,80 | 18,24 | 99,81 | 0,00 | 452 |
| Йогурт | 165 | 4,62 | 4,13 | 7,44 | 93,24 | 0,00 | 420 |
| УЖИН | Омлет натуральный | 200 | 11,04 | 12,38 | 2,40 | 165,36 | 0,50 | 229 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1560** | **49,23** | **47,34** | **198,47** | **1415,30** | **51,00** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 5 день, 1 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40 | 2,83 | 4,48 | 17,23 | 120,70 | 0,00 | 99 |
| Сыр (порциями) | 8 | 1,80 | 2,29 | 0,00 | 28,25 | 0,70 | 14 |
| Каша овсяная «Геркулес» вязкая | 150 | 5,06 | 7,45 | 21,66 | 174,47 | 1,06 | 253 |
| Кофейный напиток с молоком | 160 | 2,35 | 1,94 | 11,02 | 71,47 | 1,17 | 414 |
| ЗАВТРАК - 2 | Напиток лимонный | 100 | 0,07 | 0,01 | 9,91 | 41,34 | 1,29 | 436 |
| ОБЕД | Суп картофельный с клецками | 150 | 7,19 | 7,28 | 18,77 | 169,51 | 3,63 | 91 |
| Плов | 160 | 9,28 | 16,48 | 34,11 | 321,96 | 0,26 | 375 |
| Кисель из повидла, джема, варенья | 150 | 0,08 | 0,05 | 23,00 | 90,52 | 10,07 | 517 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Печенье | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,50 | 208,50 | 0,00 | 0/2 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| УЖИН | Салат «Степной» из разных овощей | 45 | 0,68 | 4,60 | 3,55 | 58,53 | 12,16 | 30 |
| Суп с рыбными консервами | 155 | 5,36 | 2,89 | 15,53 | 109,86 | 4,35 | 87 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1568** | **41,40** | **52,68** | **223,93** | **1537,74** | **34,69** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 6 день, 2 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с джемом или повидлом | 40 | 2,37 | 0,29 | 20,69 | 95,02 | 0,09 | 2 |
| Каша рисовая | 150 | 4,24 | 6,43 | 26,84 | 182,72 | 0,40 | 415 |
| Чай с молоком | 160 | 2,52 | 2,14 | 11,55 | 76,17 | 1,13 | 413 |
| ЗАВТРАК - 2 | Сок яблочный | 100 | 0,50 | 0,10 | 9,90 | 43,00 | 2,00 | 418 |
| ОБЕД | Суп «Рассольник» | 150 | 7,11 | 7,88 | 19,94 | 179,45 | 10,31 | 89 |
| Гуляш | 50 | 15,34 | 29,18 | 3,80 | 429,24 | 0,52 | 259 |
| Пюре картофельное | 110 | 2,65 | 1,00 | 16,97 | 87,79 | 3,8 | 339 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 10,06 | 531 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Пряники | 50 | 2,95 | 2,35 | 37,50 | 183,00 | 0,00 | 584 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| УЖИН | Салат из моркови с курагой | 45 | 0,75 | 0,05 | 7,27 | 33,33 | 5,53 | 33 |
| Суп любительский | 155 | 2,21 | 2,91 | 12,38 | 84,75 | 4,35 | 93 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1560** | **43,59** | **52,64** | **204,79** | **1561,10** | **38,19** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 7 день, 2 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40 | 2,83 | 4,48 | 17,23 | 120,70 | 0,00 | 99 |
| Сыр (порциями) | 8 | 1,80 | 2,29 | 0,00 | 28,25 | 0,70 | 14 |
| Каша кукурузная вязкая | 150 | 5,34 | 7,63 | 24,09 | 186,82 | 0,98 | 271 |
| Какао с молоком | 160 | 2,65 | 2,26 | 11,02 | 75,64 | 1,20 | 416 |
| ЗАВТРАК - 2 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,23 | 0,10 | 10,06 | 46,37 | 35,00 | 538 |
| ОБЕД | Суп из овощей с фасолью | 150 | 8,98 | 8,00 | 19,99 | 189,20 | 5,38 | 148 |
| Азу | 160 | 8,43 | 16,46 | 19,19 | 259,14 | 3,83 | 370 |
| Кисель из повидла, джема, варенья | 150 | 0,08 | 0,05 | 23,00 | 90,52 | 5,07 | 517 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Вафли | 50 | 1,36 | 1,60 | 37,49 | 171,69 | 0,00 | 0/3 |
| Варенец | 150 | 4,35 | 3,75 | 6,15 | 79,5 | 1,2 | 420 |
| УЖИН | Суп картофельный с макаронными изделиями | 200 | 2,85 | 2,87 | 20,04 | 117,69 | 5,17 | 88 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1568** | **41,85** | **49,80** | **213,43** | **1481,06** | **58,83** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 8 день, 2 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с джемом или повидлом | 40 | 2,37 | 0,29 | 20,69 | 95,02 | 0,09 | 2 |
| Каша гречневая | 150 | 7,08 | 7,55 | 28,74 | 211,53 | 1,51 | 182 |
| Кофейный напиток с молоком | 160 | 2,35 | 1,94 | 11,02 | 71,47 | 1,17 | 414 |
| ЗАВТРАК - 2 | Яблоки | 100 | 0,34 | 0,34 | 8,36 | 40,12 | 10,00 | 386 |
| ОБЕД | Суп «Свекольник» | 150 | 6,26 | 7,70 | 12,78 | 145,49 | 5,98 | 136 |
| Пудинг рыбный запечённый | 50 | 12,11 | 4,10 | 6,43 | 151,63 | 0,10 | 285 |
| Сложный гарнир | 110 | 3,19 | 3,39 | 16,18 | 108,86 | 21,80 | 339/143 |
| Компот из смеси сухофруктов | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 10,06 | 531 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Печенье | 50 | 3,75 | 4,90 | 37,20 | 208,50 | 0,00 | 0/2 |
| Чай с лимоном | 150 | 0,07 | 0,01 | 7,1 | 29,40 | 1,21 | 412 |
| УЖИН | Запеканка из творога | 170 | 11,98 | 11,43 | 13,75 | 229,08 | 0,41 | 251 |
| Соус молочный № 350 | 30 | 0,61 | 1,75 | 6,70 | 45,06 | 0,45 | 350 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1560** | **53,06** | **43,71** | **200,9** | **1478,79** | **52,78** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 9 день, 2 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с маслом | 40 | 2,83 | 4,48 | 17,23 | 120,70 | 0,00 | 99 |
| Сыр (порциями) | 8 | 1,80 | 2,29 | 0,00 | 28,25 | 0,70 | 14 |
| Каша «Дружба» | 150 | 5,17 | 5,90 | 29,54 | 237,54 | 0,99 | 266 |
| Чай с молоком | 160 | 2,52 | 2,14 | 11,55 | 76,17 | 1,13 | 413 |
| ЗАВТРАК - 2 | Напиток из плодов шиповника | 100 | 0,23 | 0,10 | 10,06 | 46,37 | 35,00 | 538 |
| ОБЕД | Суп картофельный с бобовыми | 150 | 8,24 | 7,19 | 17,85 | 169,17 | 4,62 | 87 |
| Печень по-строгановски | 50 | 10,20 | 9,46 | 15,37 | 195,43 | 6,50 | 256 |
| Макаронные изделия отварные | 110 | 4,83 | 4,58 | 30,82 | 183,82 | 0,00 | 297 |
| Компот из свежих плодов | 150 | 0,09 | 0,09 | 8,88 | 37,12 | 3,00 | 390 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Булочка домашняя | 35 | 2,58 | 1,80 | 18,24 | 99,81 | 0,00 | 452 |
| Снежок | 165 | 2,62 | 2,26 | 13,75 | 48,76 | 1,10 | 435 |
| УЖИН | Омлет натуральный | 200 | 11,04 | 12,38 | 2,40 | 165,36 | 0,5 | 229 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1568** | **55,10** | **52,98** | **200,86** | **1524,04** | **53,54** |  |

УТВЕРЖДАЮ

Руководитель учреждения\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_/Колбина Р.А. 10 день, 2 неделя

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
| Прием пищи | Наименование блюда | Выход блюда | Пищевые вещества (г) | | | Энергетическая ценность (ккал) | Витамин С | № рецептуры |
| Б | Ж | У |
| ЗАВТРАК | Бутерброд с джемом или повидлом | 40 | 2,44 | 0,30 | 21,33 | 97,96 | 0,09 | 2 |
| Каша ячневая | 150 | 4,86 | 6,70 | 22,73 | 171,13 | 0,98 | 250 |
| Кофейный напиток с молоком | 160 | 2,63 | 2,18 | 11,49 | 76,71 | 1,17 | 414 |
| ЗАВТРАК - 2 | Напиток лимонный | 100 | 0,07 | 0,01 | 9,91 | 41,34 | 1,29 | 436 |
| ОБЕД | Суп с крупой и мясными фрикадельками | 150 | 6,63 | 5,41 | 15,16 | 136,23 | 7,52 | 56 |
| Котлеты, биточки, шницели | 50 | 23,17 | 18,70 | 8,26 | 248,82 | 1,17 | 271 |
| Каша гречневая рассыпчатая | 110 | 4,85 | 8,27 | 21,95 | 136,45 | 0,00 | 181 |
| Кисель из повидла, джема, варенья | 150 | 0,08 | 0,05 | 23,00 | 90,52 | 15,07 | 517 |
| Хлеб пшеничный (30г и 50г) | 30 | 2,29 | 0,19 | 15,05 | 71,05 | 0,00 | 0 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| ПОЛДНИК | Вафли | 50 | 1,40 | 1,65 | 38,65 | 177,00 | 0,00 | 0/3 |
| Чай с сахаром | 150 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| УЖИН | Свекла отварная с сахаром | 45 | 0,62 | 0,04 | 6,37 | 28,27 | 1,46 | 35 |
| Суп «Харчо» | 155 | 1,22 | 3,30 | 9,41 | 72,36 | 6,67 | 402 |
| Чай с сахаром | 180 | 0,00 | 0,00 | 6,78 | 27,09 | 0,00 | 411 |
| Хлеб ржаной | 20 | 0,33 | 0,06 | 1,67 | 8,70 | 0,00 | 115 |
| **ИТОГО** |  | **1560** | **50,92** | **46,92** | **220,21** | **1419,42** | **35,42** |  |